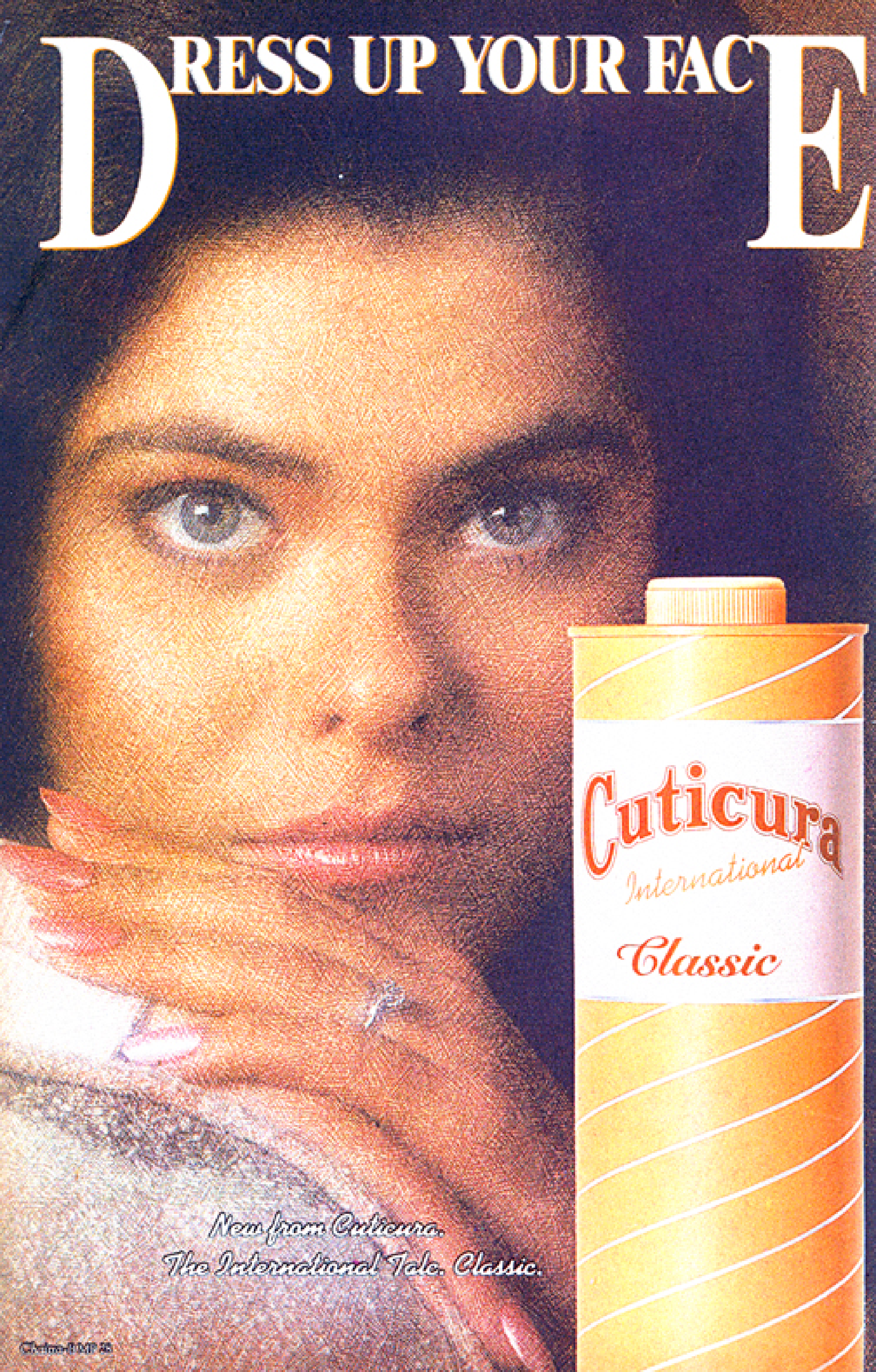
Mangayar Malar

மார்ச் '91 ரூ. 5/-

# மங்கையர் மலர்




DRESS UP YOUR FACE
Cuticura
International
Classic
New from Cuticura.
The International Talc. Classic.

## மங்கையர் மலர் &
## தமிழ்நாடு சுற்றுலா வளர்ச்சிக் கழகம்
## இணைந்து வழங்கும்

# கோலப் போட்டி

வண்ணமிகு கோலங்கள் நம் தமிழ்ப் பெண்களின் பாரம்பரியச் சொத்து. நம் கலா சாரத்தையும், பண்பாட்டையும் பிரதிபலிக்கும் வகையில் அமைந்துள்ள இக்கோலக் கலையை ஊக்குவிக்கும் வகையில், தமிழ்நாட்டில் பெண்கள் பத்திரிகைகளில் முன்னணியில் நிற்கும் மங்கையர் மலரும், தமிழ்நாடு சுற்றுலா வளர்ச்சிக் கழகமும் இணைந்து கோலப் போட்டிகளை நடத்தத் தீர்மானித்துள்ளது.

17 வது இந்தியச் சுற்றுலா மற்றும் தொழிற் பொருட்காட்சி தற்போது சென்னை தீவுத் திடலில் நடந்து வருகிறது. இங்கு மார்ச் 11, 12, 13, 14, 15 ஆகிய தேதிகளில் இப் போட்டிகள் நடைபெறும்.

நேரம் — மதியம் 12 மணியளவில்.

| | | |
|---|---|---|
| மார்ச் 11.3.91 (திங்கட்கிழமை) | — | வீட்டுப் பணிப்பெண்களுக்கான கோலப் போட்டி. |
| மார்ச் 12.3.91 (செவ்வாய்க்கிழமை) | — | பள்ளி & கல்லூரி மாணவியர்க்கான கோலப் போட்டி. |
| மார்ச் 13.3.91 (புதன் கிழமை) | — | இல்லத்தரசிகளுக்கு — மாவுக் கோலம். |
| மார்ச் 14.3.91 (வியாழக்கிழமை) | — | இல்லத்தரசிகளுக்கு — ரங்கோலி |
| மார்ச் 15.3.91 (வெள்ளிக்கிழமை) | — | இல்லத்தரசிகளுக்கு — நீர்மேல், பழம், பூ போன்ற புதுமையான கோலங்கள். |

கோலம் போடுவதற்கான நேர அளவு —
ரங்கோலிக்கு — 60 நிமிடங்கள்.
மற்ற அனைத்து வகைக்கும் — 30 நிமிடங்கள்.

- வீட்டுப் பணிப்பெண்களுக்கு என அறிவிக்கப்பட்டுள்ள கோலப் போட்டிக்கு, இல்லத்தரசிகள் தங்கள் வீடுகளில் வேலை செய்யும் எளிய நிலையிலுள்ள பெண்களை அழைத்து வரலாம். மாதர் சங்கங்களும் இச்சகோதரிகளை அனுப்பலாம். தாங்களாகவும் நேரடியாக வரலாம்.
- பள்ளி & கல்லூரி மாணவியர் தாங்கள் படிக்கும் பள்ளி (அ) கல்லூரி மூலமாகவே வரவேண்டும். பெண்கள் பள்ளிகளுக்கும், கல்லூரிகளுக்கும் சுற்றறிக்கை அனுப்பப் பட்டுள்ளது. அவற்றைப் பள்ளி/கல்லூரி முதல்வரிடம் இருந்து பெற்றுக் கொள்ளவும்.
- கோலம் போடுவதற்கான பொருட்களை அவரவரே எடுத்துவர வேண்டும். போக்குவரத்துச் செலவு ஆகியவற்றை அவரவரேதான் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

- கோலப் போட்டியில் கலந்து கொள்பவர், உதவியாளர் என இருவருக்குக் கண்காட்சித் திடலுக்கான இலவச அனுமதிச் சீட்டு வழங்கப்படும்.
- கண்காட்சித் திடலில் கோலம் போடுவதற்கு என ஒதுக்கப்பட்டுள்ள இடத்தில் 5' X 5' இடத்தில் கோலம் போட வேண்டும்.
- ஒவ்வொரு கோலப் போட்டிக்கும் சென்னையிலுள்ள பிரபலமான பெண்மணிகள் நடுவர்களாக இருந்து தீர்ப்பு வழங்குவர்.

## ஒவ்வொரு போட்டிக்கும்

| | | |
|---|---|---|
| முதல் பரிசு | — | வாட்டர் ஃபில்டர் |
| இரண்டாம் பரிசு | — | குக்கர் |
| மூன்றாம் பரிசு | — | கடிகாரம். |

**ஆறுதல்** பரிசு — தேர்ந்தெடுக்கப்படும் 50 கோலங்களைப் போட்டவர்களுக்கு ஆறு மாதம் மங்கையர் மலர் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

பரிசளிக்கும் விழா — 16.3.91 (சனிக்கிழமை) மாலை 6.30 மணியளவில்.

**நிபந்தனைகள் :**

- மங்கையர் மலரில் வெளியிடப்பட்டுள்ள விண்ணப்ப மனுவிலோ அல்லது தீவுத் திடலில் கிடைக்கும் விண்ணப்ப மனுவிலோ மட்டுமே விவரங்களைப் பூர்த்தி செய்து அனுப்ப வேண்டும்.
- தபால் மூலமாகவோ, அல்லது நேரடியாகவோ விண்ணப்ப மனுவினை,

  மங்கையர் மலர்,
  ரேஸ்கோர்ஸ் ரோடு,
  கிண்டி, சென்னை — 600 032. என்ற முகவரிக்கோ,

  இந்தியச் சுற்றுலா மற்றும் தொழில் பொருட்காட்சி அலுவலகம்,
  தீவுத்திடல்,
  சென்னை — 600 009.

  என்ற முகவரிக்கோ உறையின் மேல் **கோலப் போட்டி விண்ணப்பம்** எனக் குறிப்பிட்டு அனுப்பவும்.

- ஒருவரே எத்தனை போட்டிகளில் வேண்டுமானாலும் கலந்து கொள்ளலாம். ஆனால் ஒவ்வொன்றிற்கும் தனித்தனியாக விண்ணப்ப மனு அனுப்ப வேண்டும்.
- **விண்ணப்பம் அனுப்ப வேண்டிய கடைசித் தேதி: 5.3.'91**
- கோலப் போட்டி சம்பந்தமான எந்தவொரு முடிவிற்கும் கோலப் போட்டிக்காக அமைக்கப்பட்டுள்ள குழுவினரின் தீர்ப்பே இறுதியானது. மேலே குறிப்பிட்டுள்ள விவரங்களில் மாற்றம் செய்யவோ, நீக்கவோ, அவர்களுக்கு முழு உரிமை உண்டு.
- போட்டிகளில் பரிசளிக்கப்பட்ட கோலங்களும் மற்றும் தேர்ந்தெடுக்கப்படும் சில கோலங்களும் மங்கையர் மலரில் பிரசுரிக்கப்படும். அவற்றிற்குத் தனியாகச் சன்மானம் வழங்கப்படும்.


தாய்மை அடையும்
பருவத்திலே
உங்கள் இருவருக்காக
'உண்ண'
வேண்டுமே!
உங்களுக்குத் தேவை அதிக ஊட்டச்சத்துள்ள
புதிய காம்ப்ளான்®
விட்டாமில்க்™
உங்களுக்குள் இன்னொரு புதிய உயிர், உங்கள குழந்தை வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. இந்த முக்கிய நேரத்தில் உங்கள் ஆரோக்கியத்திற்கும், சிசுவின் வளர்ச்சிக்கும் போதுமான கூடுதல் ஊட்டச்சத்துக்கள் தேவை.
காம்ப்ளான்–விட்டாமில்க் உங்களுக்கும், பிறக்கப்போகும் உங்கள் குழந்தைக்கும், தேவையான ஊட்டச்சத்துக்களையும் மற்றும் காம்ப்ளானின் எல்லா நற்பயன்களையும் கொண்டது. இதில் ஃபாலிக் ஆஸிடு, பால் புரதம் (22.2 கிராம்), வைட்டமின்கள் A, B6 மற்றும் C, இரும்புச் சத்து, அயோடின், கால்ஷியம், ஸிங்க் மற்றும் மக்னீஷியம், தேவையான அளவில் அடங்கியுள்ளது.
Complan
Vitamilk
Balanced, Wholesome Nutrition For Pregnant Women And Nursing Mothers
No need to add milk
ரெகுலர் * சாக்லேட்
தினமும் 2 கப்புகள்
உடல் நலத்தின் உறைவிடம் க்ளாக்ஸோ

GL/V/P/91/R-TAM

# மங்கையர் மலர்

&

தமிழ்நாடு சுற்றுலா வளர்ச்சிக் கழகம்
இணைந்து வழங்கும் கோலப் போட்டிக்கான

**விண்ணப்ப மனு**

பெயர் :

தகப்பனார்/கணவர் பெயர் :

முகவரி :

கலந்து கொள்ளப் போகும்
போட்டி

போட்டிக்கு அனுப்பியவர்கள்/
நேரடியாக

நான் போட்டிக்கான குழுவினர் விதித்துள்ள நிபந்தனைகளுக்குக் கட்டுப்பட்டுக் கோலப் போட்டியில் கலந்து கொள்கிறேன் என்பதைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

கையொப்பம்.

## அட்மிஷன் நோட்டீஸ்

# ஸ்ரீ சங்கரா வித்யாஸ்ரம், உத்திரமேரூர்

(காஞ்சி ஹைரோடு, செங்கை - அண்ணா மாவட்டம்)

&

# ஸ்ரீ சங்கரா வித்யாஸ்ரம், விழுப்புரம்

(நடராஜ் ஐ.டி.ஐ. வளாகம், சாலாமேடு)

★ இயற்கை கிராம சூழ்நிலையில் அமைந்துள்ள எளிய குருகுலப் பள்ளிகள். மொத்தத்தில் 600 பேர்கள் தங்கிப் படிக்கத் திட்டமிட்டு, நடைமுறை ஆண்டில் 300 பேர்களை மட்டும் (ஆண் / பெண்) சேர்க்க ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டு வருகின்றன.

★ இப்பள்ளிகள் காஞ்சி காமகோடி பீடாதிபதி ஸ்ரீ சங்கராச்சாரியார் ஸ்ரீ ஜெயேந்திர சரஸ்வதி சுவாமிகளை பிரஸிடெண்ட் டிரஸ்டியாகப் பெற்று, அவரது நேரடி மேற்பார்வையில் நடைபெறுகின்றன.

★ பாடத் திட்டங்களுடன், கம்ப்யூட்டர் சயின்ஸ், பரத நாட்டியம், யோகா, கராத்தே, குத்துச்சண்டை, இசைக் கருவிகள் இசைத்தல், சங்கீதம், புகைப்படக்கலை முதலியவைகளையும் கட்டாயப் பாடமாக போதிக்கப் படுகின்றன.

★ பாடமொழி ஆங்கிலத்தைத் தவிர பிரெஞ்சு, ஹிந்தி, சமஸ்கிருதம், தமிழ், தெலுங்கு, கன்னடம், மலையாளம் போன்ற மொழிகளையும் போதிக்கின்றன.

★ கே.ஜி. முதல் 10-ஆம் வகுப்பு வரையில் எல்லோருக்கும் ஆண்டுக் கட்டணம் ரூ. 7,000/-க்கு மேல் வசூலிக்கப்படுவதில்லை.

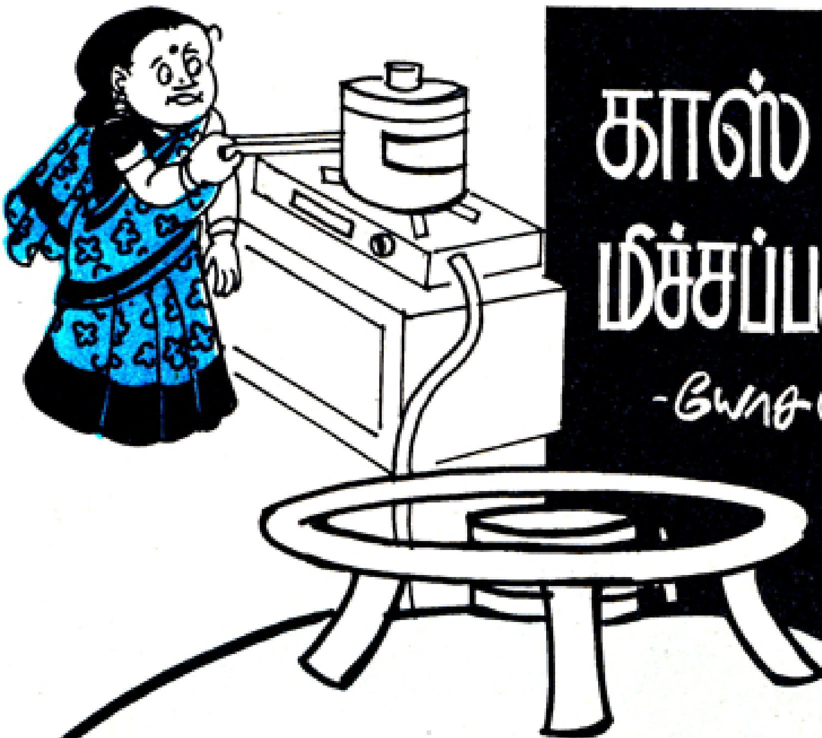
★ பள்ளிகள் சிறுவர், சிறுமிகளின் உள்ளம், உடல், கலாச்சாரம், பண்புகள் வளர்ச்சிகளை நோக்கங்களாகக் கொண்டு, அவர்களை எதிர்காலத்தில் சிறந்த மாணவர்களாக உருவாக்குகிறோம்.

விவரங்கள் அடங்கிய பிராஸ்பெக்ட்ஸ் வேண்டுவோர் ரூ. 25/- மணியார்டர் மூலமோ, பாங்கு டிராப்ட் மூலமோ, மேற்கண்ட வித்யாஸ்ரமங்களின் முதல்வர்களுக்கோ, அல்லது செகரெட்டரி, ஜெய ஜெய சங்கரா எஜுகேஷனல் டிரஸ்டு, உஷா மெட்ரிகுலேஷன் பள்ளி அலுவலகம், 39 மேலண்டை இராஜ வீதி, காஞ்சீபுரம் - என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்பிப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

டி.எம். நடராசன்,
நிர்வாக டிரஸ்டி.

காஞ்சி காமகோடி பீடாதிபதி
ஸ்ரீ ஜெயேந்திர சரஸ்வதி சுவாமிகள்,
பிரஸிடெண்டு டிரஸ்டி.

- ADSTART.



# காஸ் மிச்சப்படுத்த...

## -யோசனைகள்

காஸ் சேமிப்பைக் குறித்து அவசியம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய நேரம் இது. நான் முதல் முதலில் காஸ் அடுப்பும் சிலிண்டரும் வாங்கிய போது (1970) சிலிண்டரை வீட்டுக்குக் கொண்டு வரும் ஆள் சொன்னார்:

''எப்பொழுது காஸ் அடுப்பை அணைப்பதானாலும் முதலில் சிலிண்டரை மூடிவிட்டு மேலே அணையுங்கள். ஒவ்வொரு தடவையும் டியூபில் இருக்கும் காஸ் வீணாகாமல் இருக்கும். காஸும் ஒரு வாரம் அதிகமாக வரும்.'' எனக்குத் தெரிந்த எல்லோரையும் விட நிச்சயமாக எனக்குக் காஸ் அதிக நாட்கள் வருகிறது.

மேலும் காஸ் எரியவில்லை என்று காஸ் வரும் நிப்பிளைக் குத்திக் குத்திப் பெரிது செய்து அடுப்பு சிவப்பாக எரிவதாலும் காஸ் வீணாகும்.

குக்கர் சத்தம் வந்ததும், பால் பொங்க ஆரம்பித்ததும், கடைசி தோசையோ, சப்பாத்தியோ திருப்பிப் போட்டதும் சிலிண்டரை அணைத்து விட்டால், ட்யூபில் இருக்கும் காஸ் எரியவும் சரியாக இருக்கும்.

ஒரு பொருள் வேகும் போதே அடுத்தது அடுத்ததை அடுப்பில் வைக்கத் தயார் நிலையில் இருக்க வேண்டும். ஒரு கையால் அடுப்பிலிருப்பதை இறக்கும்போதே மற்றதை மற்றொரு கையால் வைக்க வேண்டும். இரண்டு கையும் தேவையானால் முதலில் அடுப்பை சிம் செய்துவிட்டு இறக்க வேண்டும். மற்றதை வைத்த பின் பெரிது செய்து கொள்ளலாம். கொதி வந்ததும் சிம் செய்து தட்டைப் போட்டு மூடினால் சீக்கிரம் வேகும்.

காஸ் எப்பொழுதும் நீலமாகத் தான் எரிய வேண்டும்.

புதிய சிலிண்டர் வந்ததும் இந்த முறைகளைப் பயன்படுத்தி எவ்வளவு நாட்கள் காஸ் அதிகம் வந்தது என்று பாருங்கள்.

— அகிலம்.





அதிக உயரமும், ஒல்லியான தேக
மும் உடையவர்கள் அணியக் கூடிய சோளி,
உயரக் கொண்டை, வெட்டிய பாப் முடி
இவையே இதன் அழகை எடுத்துக் காட்டும்.
டார்க் கலர் துணிகளே இதற்குச் சிறப்பா
னவை. மெல்லிய செயின் கழுத்தில்
அணிவது சிறக்கும்.

கல்யாணம், விருந்து போன்ற
நிகழ்ச்சிகளுக்குக் கல்லூரிப் பெண்கள்
அணியக் கூடிய நாகரிகச் சோளி.

# ஃபேஷன் '91



எம்பிராய்டரி கண்ணாடி வேலைப்
பாட்டுடன் கூடிய இந்தச் சோளியினை அவ
ரவர் உயரத்திற்கேற்றாற் போல விதவித
மான வேலைப்பாடு செய்து அணியலாம்.
அதிக பூ, டிசைன் அற்ற புடைவைகள்,
பார்டர் அற்ற அல்லது மிகச் சிறிய பார்டர்
உடைய புடைவைகள், ப்ளெயின் புடைவை
கள் நேர்த்தியானவை. தலைக்குக்
கொண்டை போடுவதே சிறப்பானது.

ஒரே போல் பட்டுப் புடைவைக
ளுக்குக் கை ஜரிகை வைத்து அணிவது போர
டிக்குமே. இவ்வகையான ஜரிகை சோளி
ஷிபான், மைசூர் சில்க் புடைவைகளுக்கும்
பளிச்சென இருக்கும்.

வளையலோ, புடைவையோ,
நகையோ பல நிறம் கொண்டு அணிவது
ஃபாஷன் ஆகி விட்டபின் சோளியில்
மட்டும் விட்டு வைப்பானேன்!







மல் மல் புடைவைகளுக்குப் பொருத்தமாக இந்தச் சோளிகள் அணியலாமே.



காரியாலயங்களுக்குச் செல்லும் பொழுது நாகரிகமாகவும் ஆடம்பரம் அற்றும் இருக்க எளிய அழகான தோற்றம் கொடுப்பவை. ப்ளெயின் சோளிகளில் தான் இத்தகைய கழுத்து வேலைப்பாடுகள் பொருந்தும்.



காண்ட்ராஸ்ட் அதாவது மாறுபட்ட நிறத்தில் புடைவையும் சோளியும் அணியும் போது இவ்வகை கழுத்து வேலைப்பாடு மேலும் அழகூட்டுமே. ஆனால் இவ்வகை சோளிக்கு முறையான அளவு, நிறம்பட தைக்கும் திறன் தேவை.

வீட்டில் இருக்கும் நேரமும் பளிச் சென்று இருக்க வேண்டாமா? அதிக செலவில்லாத இந்த டிஸைன் சட்டைகள் கை கொடுக்கும்.

ஜரிகை வேலைப்பாடுள்ள சோளி சாதாரண ப்ளெயின் புடைவையையும் சிறப்பாக எடுத்துக் காட்டும். இதற்குத் தழையப் பின்னலும், நீண்ட காதணியும் கவர்ச்சியாக இருக்கும்.

உடைகள் உதவி: நாயுடு ஹால்.

தொகுப்பு: ஹேமாஸ்ரீ.

வண்ணப்படங்கள்: யோகா.

கொஞ்சம் துணி கூடுதலாக எடுக்க வேண்டி இருப்பினும் ஆடம்பரமற்ற புடைவைகளுக்கு ஏற்ற ஒன்று.





# பிரமாதம்!



புதிய கண்டுபிடிப்பின் பெருமை, சாதனையில் உண்டாகும் பூரிப்பு- இவை குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சியும் உற்சாகமும் ததும்பும் தருணங்கள்.

உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் எப்போதும் நிறைவான சக்தியும் தெம்பும் அளித்து ஆரோக்கியம் காக்கும் மூலிகை டானிக், கிரௌன் காயகல்பம்.

ஒப்பற்ற சக்தியும், ஓயாமல் உழைத்திட உடம்புக்கு வலிமையும் உள்ளத்திற்குத் தெம்பும் தந்து குடும்பத்தில் உற்சாகம் நிலவச் செய்யும் மூலிகை டானிக் கிரௌன் காயகல்பம்.



**கிரௌன்**
**காயகல்பம்**

ஸ்பெஷல் - தங்கபஸ்பம் அடங்கியது
ரெகுலர் - இரும்புச்சத்து நிறைந்தது.

MCS/CROWN/576



# குழந்தைகள் மலர்

இந்த மாதம் செல்வி உமா ஓர் அழகிய கதையை அனுப்பி இருக்கிறான். சோம்பேறியாகவும், கெட்டவர்களாகவும் இருக்கவே கூடாது. அப்படி இருந்தால் துன்பம்தான் வரும் என்று அந்தக் கதை சொல்கிறது. படிக்கலாமா?

## ''சோம்பேறிச் சிங்கம்''

அது ஒரு பெரிய காடு. அதில் வசிக்கும் எல்லா மிருகங்களையும் அடக்கி ஆளும் சிங்கம் ஒரு நாள் வேட்டைக்குச் சென்றது. துள்ளி ஓடும் புள்ளி மானைக் கண்டு அதன் மீது பாய ஓடியது. அவ்வளவுதான் கீழே பரந்து கிடந்த முட்புதரைப் பாராமல் அதன் மேல் விழுந்து விட உடம்பு முழுவதும் முட்கள் கிழித்து ரத்தம் வழிந்தது. காலெல்லாம் முள். அது மெள்ள வந்து தன் குகையில் படுத்துக் கொண்டு விட்டது.

இனி எப்படி ஓடி, தாவி வேட்டையாட முடியும். சிங்கத்திற்குப் பெரும் கவலை வந்து விட்டது. அதற்கு எந்த காரியத்திற்கும் யோசனை கூறும் நரியைக் கூப்பிட்டனுப்பியது. காட்டுக்கே ராஜாவாயிற்றே! உடனே ஓடி வந்தது நரி.

சிங்கம் நரியிடம் விஷயத்தைச் சொல்ல நரியும் சிறிதும் யோசிக்காமல்,

''அதற்கென்ன ராஜாவே! நம் கரடி வைத்தியரை அனுப்பி வைக்கிறேன். நான்கு நாட்களில் தங்கள் உடல் குணமடைந்து விடும். அதுவரை தினமும் காலையும், மாலையும் தங்கள் உணவிற்கு ஒவ்வொரு மிருகமாக நான் அனுப்பி வைக்கிறேன்'' என்றது.

சிங்கத்திற்கும் கவலை விட்டது. அன்றிலிருந்து நரி சொன்னபடி ஒவ்வொரு மிருகமாக சிங்கத்தின் குகைக்குச் சென்றது. ஆறே நாட்களில் சிங்கம் பழைய நிலைக்கு வந்து விட்டது. ஆனால் இந்த ஆறு நாட்களும் எப்போதும் படுத்து ஜாலியாகத் தூங்கிக் கொண்டு, பசியெடுக்கும் போது 'ஹாய்'யாக தயாராக இருக்கும் மிருகத்தை அடித்துச் சாப்பிட்டுக் கொண்டு...

ஆஹா! என்ன சுகம். அந்தச் சுக வாழ்க்கையின் மீது அந்தச் சிங்கத்திற்கு ஆசை வந்து விட்டது.

''ஆஹா! இப்படியே தினமும் நம்முடைய வாழ்க்கை அமைந்தால் எப்படி இருக்கும்? ஐயோ! நினைத்தாலே இனிக்கிறதே. இனி என்ன? நான்தானே காட்டுக்கு ராஜா. நான் இட்டதுதானே கட்டளை'' என்று யோசித்துக் கொண்டிருக்கும்போதே நரி வந்து எட்டிப் பார்த்தது.

''வாரும்! நரியாரே! உம்மைத்தான் எதிர்பார்த்துக் காத்துக் கொண்டிருக்கிறேன்! நல்ல சமயத்தில் வந்தீர்!'' என்று வரவேற்றது.

''என்ன! ராஜாவிற்கு உடம்பு தேவலையாகி விட்டதா? வேட்டைக்கு இன்னும் புறப்படவில்லையா?'' — என்றது நரி.

''நான் ஏன் வேட்டைக்குப் போக வேண்டும்'' என்றது சிங்கம்.

''இது என்ன அரசே கேள்வி. அவரவர் உணவை அவரவர்களே தேடிக் கொள்வது தானே வழக்கம், முறை. நல்லதும் கூட!'' என்றதும் ஹா! ஹா! என்று குகையே அதிர சிரித்தது சிங்கம்.

''அது உம்மைப் போன்ற சின்ன வேலைக்காரர்களின் வழக்கம்! நான் யார்? இந்த வனத்தின் ராஜா. உங்களை எல்லாம் ஆளப் பிறந்தவன். பலசாலி. நான் ஏன் ஓடியாடி உங்களுடன் சரிசமமாக வியர்வை பெருக வேட்டையாட வேண்டும்!'' — அகம்பாவத்துடன் பேசியது சிங்கம்.


முத்து முத்தான
வியர்வை



ஊக்குவித்தது
உள்ளுணர்வை
Second Nature
TALCUM POWDER
செகண்ட் நேச்சர் டால்க்.
உங்கள் உழைப்பிற்கு ஒரு அன்பளிப்பு.

நரி வெறுப்பாகப் பார்த்தது.

"இதோ! என் கட்டளையைக் கேட்டுக் கொள். தினமும் காலையும், மாலையும் நன்கு கொழுத்த மான்களும், பன்றிகளுமாக நிறைய ஒவ்வொரு நாளும் வர வேண்டும் என் குகைக்கு. இது என் கட்டளை. எல்லா மிருகங்களிடமும் சொல். இதை ஒழுங்காக கடமை தவறாமல் செய்வது உன் பொறுப்பு" என்றது.

நரிக்கு வெடவெடத்து விட்டது. இது என்ன அக்கிரமம். பேசாமல் வெளியே வந்து விட்டது.

அன்றிலிருந்து தினமும் காலையும், மாலையும் மிருகங்கள் பல சிங்கத்தின் குகைக்கு அழுது கொண்டே போக ஆரம்பித்தன. சிங்கம் நன்றாகக் கொழுக்க ஆரம்பித்தது. காட்டு விலங்குகள் எல்லாம் நடுங்கின! கலங்கின.

எல்லாம் ஒன்று சேர்ந்து நரியாரின் குகை வாசலுக்குச் சென்றது. சப்தத்தைக் கேட்டு நரி வெளியே வந்தது.

"என்ன நண்பர்களே! என்ன கூட்டம்" என்று வினவ விலங்குகள் எல்லாம் அழுதன 'ஓ'வென்று.

நரியே! உனக்கே இது நன்றாக இருக்கிறதா? இந்த அக்கிரமச் செயலுக்கு நீயும் உடந்தையாக இருக்கிறாயே!" – என்றது காட்டுப் பன்றி.

முன்னால் நின்று கொண்டிருந்த மான் "இங்கே பார் எங்கள் மான் இனத்தை. கால் பங்குதான் இருக்கிறோம். இன்னும் கொஞ்ச நாளில் நாங்களும் போய் எங்கள் இனமே அழியப் போகிறது!" என்று அழுதது.

"உன் இனம் மட்டுமென்ன காட்டு மிருகங்கள் அனைத்தும் செத்தொழியப் போகிறது!" என்றது யானை.

"அந்தச் சிங்கத்தின் கொட்டத்தை தந்திர நரியே உன்னால்தான் அடக்க முடியும்" என்றது கரடி குரல் கம்ம.

"நானும் யோசித்துக் கொண்டுதான் இருக்கிறேன்!"

"ம்! நீ யோசித்தபடி இருந்தால், கண் கெட்ட பிறகு சூரிய நமஸ்கார கதைதான் ஆகும்!" என்ற கவரிமான், "நரியாரே இன்றே இதற்கு ஒரு வழி தேவை" என்றது.

"சரி! சரி!" என்று யோசனை செய்த நரி.

"ஆஹா! இது நல்ல அருமையான யோசனை" என்று குதித்தது.

எல்லோரும் என்ன யோசனை நரியாரே என்று கேட்க,

"நான் யோசனையைப் பிறகு சொல்கிறேன். முதலில் என் குகைக்கு நேராக பெரிய குழியாகத் தோண்டுங்கள்" என்று கட்டளையிட்டது.

எல்லா மிருகங்களும் அந்த நிமிஷமே

மளமளவென்று பள்ளம் தோண்ட ஆரம்பித்தது.

''இதோ பாருங்கள்! சரியாக குகைக்கு நேராக ஆழமாகத் தோண்டுங்கள். இன்று சிங்கத்தின் குகைக்கு யாரும் போகாதீர்கள். மீதியை நான் கவனிக்கிறேன்!'' என்றது.

இரவு, பகல் தோண்டி மூன்றாள் உயரத்திற்கு மிருகங்கள் எல்லாம் குழி பறித்தன.

நரி வந்து பார்த்தது. ''ஆஹா! பேஷ் அடியில் கொஞ்சம் முள் கொண்டு வந்து போடுங்கள்'' என்றதும் மளமளவென்று யானை போய் பெரிய முட்களைப் பெயர்த்துக் கொண்டு வந்து போட்டது. பள்ளம் தெரியாமல் மேலே பெரிய பெரிய இலைகளைப் போட்டு மறைத்து அதன் மேல் சருகுகளைத் தூவி விட்டன சுற்றிலும். நிலம் சிறிதும் வித்யாசமில்லாமல் ஒன்றாகக் காட்சியளித்தது.

நரி திருப்தியுடன் ''சரி! நீங்கள் எல்லோரும் என் குகையில் போய் ஒளிந்து கொள்ளுங்கள். சுண்டெலி நீ மட்டும் என்னோடு வா!'' என்று சுண்டெலியை மட்டும் தன்னோடு அழைத்துக் கொண்டு சிங்கத்தைப் பார்க்கச் சென்றது.

குகைக்குச் சற்றுத் தொலைவில் தான் நின்று கொண்டு எலியை மட்டும் சிங்கத்தின் குகைக்குள் அனுப்பியது.

அங்கே சிங்கத்திற்கு ஒரே கோபம் பசி! நேற்று மாலையிலிருந்து அந்த நரியையும் காணோம். உணவும் வரக் காணோம். இன்று முழுதும் பட்டினி. இரவு வந்து விட்டது. என்ன தைரியம்! என்று பல்லைக் கடித்தபடி இருந்த போது கீச், கீச் என்று சப்தம் கேட்க, திரும்பிப் பார்த்தது.

குகை வாசலில் சுண்டெலி நின்று கொண்டு, ''பிரபு வந்தனம்! தங்கள் உணவாக வந்திருக்கிறேன்!'' என்று சொன்னதும் சிங்கத்தின் பொறுமை எல்லை மீறியது.

''என்ன தைரியம்! என்னை அவமானப் படுத்தவா இந்த அற்பனை அனுப்பியிருக்கிறான் அந்த நரி!'' — பெரிதாகக் கர்ஜனை செய்தது.

அப்பொழுதுதான் வருவது போல மெள்ள நரி வந்தது உள்ளே.

''ஏய்!'' — அதட்டியது சிங்கம்.

''ராஜாவே! என்னை மன்னியுங்கள். இந்தக் காட்டு மிருகங்களுக்குக் கொழுப்பு அதிகமாகி விட்டது. ஒன்றும் நான் சொன்ன சொல் கேட்பதில்லை'' என்றது பவ்யமாக.

''என்ன!'' — சிங்கம் வெகுண்டு எழ,

''ஆமாம்! அந்தக் கொழுத்த மான் இருக்கிறதே ஐயோ சதை இரண்டு பக்கமும் தொங்குகிறது அது. அவன் என்ன என்னை அதிகாரம் செய்வது? நான் என்ன வருவது, என்கிறது திமிராக. அதான் இந்தச் சுண்டெலியை அழைத்து வந்தேன்'' என்றது.

''என்ன! அப்படியா? எவ்வளவு திமிர்!'' என்று அலறியது கோபமாக.

''ஆனால் ஒரு விஷயம். தங்கள் பெயரைக் கேட்டால் எல்லாவற்றிற்கும் பயம் தான். நேரில் வந்தாலோ கேட்க வேண்டாம். செத்தே விடும்'' என்றது.

பின் சிங்கத்தின் காதருகில் வந்து, ''ஒரு திட்டம் அரசே என் குகையில் பெரிய விருந்து என்று எல்லாவற்றையும் அடைத்து வைத்து விட்டு வந்திருக்கிறேன்! நீங்கள்



திமர் என்று அவர்கள் முன்னால் வந்து 'ஆர்டர்' போட்டு விட்டு வந்து விடுங்கள் வேண்டிய உணவையும் சாப்பிடலாம் கவலையில்லை. நல்ல சமயம்!'' என்றது.

சிங்கம் உறுமலோடு எழுந்தது. எழவே முடியவில்லை. அப்படி கொழுத்துப் போயிருந்தது. மெதுவாக எழுந்து, நடக்க முடியாமல் நடந்து வந்தது, அலுப்புடன்.

''குகைக்கு நேராக வந்து உங்கள் சிம்மக் குரலைக் காண்பியுங்கள். தொலைந்தது. எதற்கும் நான் உங்கள் பின்னாலேயே வருகிறேன்'' என்றது நரி.

அதுதான் சோம்பேறிச் சிங்கமாயிற்றே! அறிவும் கெட்டுப் போய் கொழுத்த மானையே நினைத்துக் கொண்டு நேராகப் போனது முன்னால் குகையை நோக்கி.

அவ்வளவுதான். ''பமர்!'' என்று பெரும் பள்ளத்தில் முள்ளின் மேல் விழுந்து பெரிதாக உறுமியது. குகையில் ஒளிந்து கொண்டிருந்த விலங்குகள் எல்லாம் ஓடி வந்தன வெளியே. நரியின் தந்திரம் புரிந்தது. மனதார வாழ்த்தின. எல்லாம் குழியைச் சுற்றி நின்று கொண்டு பாட்டுப் பாடி ஆடின.

யானை தண்ணீரைக் கொண்டு வந்து சிங்கத்தின் மேல் துதிக்கையால் 'புஸ்' ஸென்று சிரித்தபடி அடித்தது. பெரிய பெரிய கற்களைக் கொண்டு வந்து போட்டு மண்ணையெல்லாம் தள்ளிக் குழியை மூடின சந்தோஷமாய். அறிவு மயங்கிய சிங்கம் அலறித் துடித்து செத்தது குழிக்குள்!

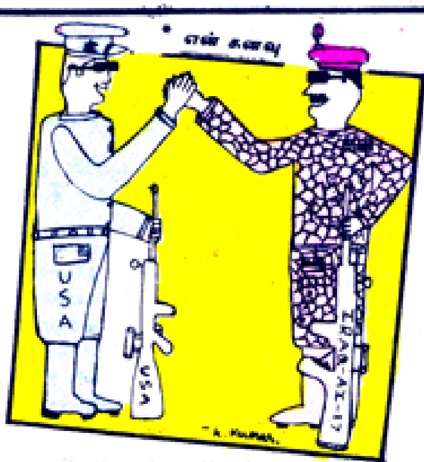
**— செல்வி. எஸ். உமா.**

---

போன மாதம் குழந்தைகளுக்குப் படப் போட்டிக்குத் தலைப்பே கொடுக்கவில்லை. ஆனாலும் ஏழாம் வகுப்பு மாணவன் சரவணகுமார் மதுரையில் இருந்து ஒரு படத்தை அனுப்பி இருக்கிறான்.

இப்போது வளைகுடாவிலே நடக்கும் போர் பற்றி உங்களுக்குத் தெரியும். எத்தனை கொடுமை இல்லையா? பெரியவர்களும், குழந்தைகளும் குண்டு மழையினால் சாகிறார்கள். கை போகிறது, கால் போகிறது, முகமெல்லாம் காயம். டீ. வி. யில் பார்க்கும் போது ரொம்ப வருத்தமாக இல்லையா? டீ. வி. யில் சண்டை சினிமா பார்த்தால் சந்தோஷமாக இருக்கும். ஏனென்றால் அது உண்மை இல்லை. பொய் என நமக்குத் தெரியும். ஆனால் உண்மையான சண்டையைப் பார்த்தால் ரொம்பக் கஷ்டம் இல்லையா? நம்மைப் போலக் குழந்தைகள்தானே? கீழே விழுந்து காயம் பட்டாலே எவ்வளவு வலிக்கிறது? அவர்களுக்கு ரத்தம் சொட்டச் சொட்டக் காயம் ஏற்படுகிறது. இந்தக் கொடுமை எப்போது தீரும்?

சண்டை போடும் அமெரிக்கா மற்றும் அதனோடு தோழமைப் படைகளும், ஈராக்கும் சண்டையை நிறுத்தினால்தான் இக்கொடுமை நிற்கும்.




அதைத்தான் சரவணகுமார் இரண்டு நாடுகளும் நட்போடு கைகுலுக்குவது போலப் போட்டு இருக்கிறான். 'என் கனவு' எனத் தலைப்பும் கொடுத்து இருக்கிறான்.

உண்மைதான். யாரோடும் நாம் சண்டையேபோடக்கூடாது. அடிக்கக் கூடாது. அம்மா நம் மேல் அன்பாய் இருக்காங்க. அதனால நமக்கு அம்மாவைப் பிடிக்கும். அதே போல நாம் எல்லார்கிட்டேயும் அன்பாய் இருக்கணும். அப்போது நம்மை எல்லோருக்கும் பிடிக்கும், இல்லையா? ஒருவருக்கு ஒருவர் நட்பாய் இருக்கணும்.

இனிமே அப்படி இருப்போமா?

---

அடுத்த மாதம் —

**'எனக்குப் பிடிக்காதது'**

என்ற தலைப்பில் வரையுங்கள். மங்கையர் மலரைப் பார்த்தவுடனே வரைந்து அனுப்பிவிடுங்கள். புகைப் படத்தோடு அனுப்புங்கள்.

**— மலரம்மா.**



GRACE
GRACE
BATH SOAP
GRACE
Rs.4.15
(inclusive of all taxes)
Net weight: 100 gms
காலைக் காற்றின் புதுமை.
பனித்துளிகளின் குளுமை.
இயற்கையின் குளிர்ச்சியும்
எலுமிச்சையின் புத்துணர்ச்சியும் நிறைந்த
கிரேஸ்
குளியல் சோப்
MSIL
Marketed by
Mysore Sales International Limited, Bangalore 560 052

சாப்பிட்டு விட்டு 'அப்பாடி!' என்று ஈஸிசேரில் சாய்ந்து கொண்டு வார இதழைப் பிரித்தார். மணி 10½ தான் ஆகிறது. பேரன் பாலாஜி இரண்டு மணிக்குத்தான் வருவான். அதுவரை ரெஸ்ட். கண்ணாடியைத் துடைத்துப் போட்டுக் கொண்டு பக்கங்களைப் புரட்டியவர் கண் அந்தப் படத்தின் மீது நிலைத்தது. இது? எங்கோ பார்த்தாற்போல் இல்லை. கொஞ்ச நேரம் மூளையைக் கசக்கிப் பார்த்து விட்டு எழுந்து நல்ல வெயில் ,படும் இடமாகப் பார்த்துப் போனார். காலை வெயில் பளீரென்று அந்தப் பக்கத்தில் அடிக்க திரும்பவும் நன்றாகப் பார்த்தார். இது! இது...

"என்ன மாமா? என்ன வேணும்?"

பின்னாலேயே வந்து நின்ற மருமகளிடம் அந்தப் பக்கத்தைக் காண்பித்தார்.

"ராதா! இது யாருன்னு தெரியறதா?"

அவள் அதை வாங்கி ஒரு நொடி மேலும் கீழுமாகப் பார்த்து விட்டுச் சிரித்தாள் 'பளிச்'சென்று.

"ஓ! இதுவா? கல்பகம். நல்ல ரைட்டர் மாமா. போன தடவை ஒரு நாவல் 'மர நிழல்'னு படிச்சுட்டு அழுதேனே, உங்க கிட்டே கதை கூடச் சொன்னேனே. இவங்க



எழுதினதுதான் அது. பர்ஸ்ட்கிளாஸ் ரைட்டிங்! இந்தப் புக்ல ஒரு தொடர் கதை வரப் போகுது. அதான் பெரிய போட்டோ!''

அவள் விளக்கிக் கொண்டே போகத் தலையாட்டினார் சாம்பு.

''இல்லம்மா! இந்தப் பொண் பேரு வேற. உனக்குத் தெரியாது.''

''பொண்ணா? அப்ப கல்பகத்தைத் தெரியுமா என்ன உங்களுக்கு!''

பதில் சொல்லாமல் இன்னொரு முறை வெளிச்சத்திற்கு எடுத்துக் கொண்டு போய் மேலும் கீழுமாகப் பார்த்தார்.



**உமா குமார்**

''அவளேதான்! சாட்சாத் அந்தப் பொண்ணேதான்!

அவர் வாய் முணுமுணுத்தது.

''இவ பேரு கல்பகம் இல்லம்மா. துர்கா! ஆமா துர்காதான். எப்படியிருப்பா தெரியுமா? சாட்சாத் அந்த அம்பாள் வந்து நிக்கறாப்பல ஒரு களை மூஞ்சில.''

''துர்காவா? உங்களுக்கு எப்படித் தெரியும்?

கேட்ட ராதாவை நிமிர்ந்து பார்க்கிறார்.

''தெரியுமாவது? இப்ப உங்க மாமியார் இருக்கணும் உயிரோட. கதை கதையாச் சொல்லுவா. இந்தப் பொண்ணுக்கு இரண்டு டெலிவரி ஜானகிதான் பார்த்தா. பாவம்!''

''அப்படியா!''

வாயைப் பிளந்தபடி அப்படியே உட்கார்ந்தாள் ராதா.

''ஆமாம்மா! பழநியிலே நான் ஒர்க் பண்ணிண்டிருந்தேன். ஏழெட்டு வருஷம். அதுக்கப்புறம்தான் அங்கேர்ந்து தூக்கி காரைக்குடிப் போடான்னு டிரான்ஸ்பர் ஆச்சு. அப்ப பழநியில இருக்கறப்போ இந்த துர்காதான் பக்கத்து வீடு.''

மருமகள் ராதாவிடம் சொல்லியபடியே நினைவுப் பந்தலை முடைய ஆரம்பித்தார் சாம்பு ஈஸிசேரில் திரும்ப சாய்ந்து கொண்டு.

பொதுவாகக் 'காலையில் ஒன்பது மணிக்கு ஆபீஸ் என்று டிபன் பாக்ஸோடு கிளம்பிப் போனால் நான் திரும்பி வருவதென்னவோ இரவுதான். என் தலை தெரிந்ததோ இல்லையோ தட்டை எடுத்து போட்டு விட்டு ''அன்றைய செய்திகளை வாசிக்க ஆரம்பித்து விடுவாள் ஜானகி.

''இன்னைக்கு மத்தியானம் தெருவே திமிலோகப் பட்டுப் போயிடுத்து தெரியுமோ?''

''ஏன்?''

''அந்த மூலைக்கடை நாயருக்கும் இன்னொரு குடிகாரனுக்கும் கைகலப்பே ஆயிடுத்து''

இப்படி ஆரம்பித்து பக்கத்து வீட்டு சீமைப் பசுவிலிருந்து கோடி வீட்டு கோமளத்தின் கொழுந்தன் கதை வரை காதில் ஓதுவாள். இதில் அடிக்கடி எனக்குக் கேட்பது, பக்கத்து வீட்டுப் பெண் கதையை.

''பாவம் அந்த பக்கத்து வீட்டுப் பொண். நெத்தி நிறைய குங்குமத்தோட அம்பாள் மாதிரி இருக்கா! போத்தினை தலைப்பு நழுவறதில்லை. அவ தலையெழுத்தைப் பாருங்க!'' — இப்படி ஒரு நாள்.

''பக்கத்து வீட்டு கட்டைல போறவன் குடிகாரனாமே? சீட்டு வேற உண்டாம். போறாததுக்கு வெளிப் பழக்கம் வேற.

விசாலம் சொன்னா. அந்தப் பொண் தலை எழுத்து. கண்ணால ஜலம் விடாத குறை தான்!'' — இப்படி மறுநாள்.

இப்படி ஜானகியின் விமர்சனம் நாளுக்கு நாள் ஏறிக் கொண்டே போக நிஜமாகவே அந்தப் பெண்ணைப் பார்க்க வேண்டும் என்று மனத்திற்குத் தோன்றியது. அதற் கேற்றாற் போல ஜானகி ஒரு நாள்,

''அந்தப் பொண்ணை மஞ்ச குங்குமத் துக்கு இங்கே கூப்பிட்டிருக்கேன். சீக்கிரம் வந்துடுங்க ஆபீஸ்லேர்ந்து!''

என்று சொல்ல அன்று சீக்கிரமாகவே வந்தேன். ஜானகி சொன்னது அத்தனையும் நிஜம்தான் என்பது அந்தப் பெண்ணைப் பார்த்தவுடன் தெரிந்தது. அடக்கமாக போர்த்திய தலைப்பை இழுத்து கையில் பிடித்துக் கொண்டு மாமி! — என்று மெலி தாகக் கூப்பிட்டபடியே வந்து நின்றவளைப் பார்த்தவனுக்கு நெஞ்சு வலித்தது. இப்படியா அமைய வேண்டும் வாழ்க்கை? என் மூத்த பெண் வயதிருக்கும் பாவம்! ஜானகி பக்கத்தில் உட்கார வைத்துக் கொண்டு பேசிக் கொண்டிருந்தாள்.

''துர்கா! நான் கேட்கறேன்னு தப்பா நினைச்சுக்காதே. உங்கப்பா, அம்மா நல்லா கேட்டு விசாரிச்சு கல்யாணம் பண்ணலியா?''

பதிலுக்காக ஜானகியோடு என் காது களும் காத்திருக்க சில மணித் துளிகள் மௌனமாகக் கழிகிறது.

''எனக்கு அப்பா சின்ன வயசுலையே போயிட்டார். நான் பார்த்ததா ஞாபகமே இல்லை. அம்மா நான் ஸ்கூல்ல படிக்கறச்சே கண்ணை மூடிட்டா. அண்ணாவும், மன்னி யும்தான் எல்லாம். அவரவர் தலையெழுத்தை மாத்தறது ரொம்ப ரொம்ப கஷ்டம் மாமி. அண்ணா என்ன பண்ணுவான் பாவம்!''

ரொம்பச் சுலபமாய் விமர்சித்து விட்டு எழுந்து போன அந்தச் சின்னப் பெண் அன்றிரவு இருவரையுமே தூங்கவிடாம லடித்தாள். அதன்பின் எங்கள் பேச்சில், வாழ்வில் துர்கா ஒரு அங்கமாகிப் போனாள்..

''சாப்டுண்டே இருங்க! இந்த இரண்டு அடையை துர்காகிட்டே கொடுத்துட்டு வரேன்.. அந்தக் கடன்காரன் பட்டினி போட்டுக் கொல்றான். குளிக்காம வேற இருக்காப் பாவம்!

''இந்த மருந்து சாமான்லாம் கொஞ்சம் மறக்காம வாங்கிண்டு வாங்க. பொடி இடிச்சு வைக்கறேன். முதல் பிரசவம்! பொறந்த வீட்லேந்தும் யாரும் வரக்காணும். புருஷனா? கேட்க வேண்டாம். இந்த நிலைமைல அந்தப் பொண்ணை குடிச்சுட்டு வந்து அடிக்கறான் கடன்காரன். உடம்பா பார்க்கச் சகிக்கலை!''

ஜானகி உருகிப் போனாள் நிமிஷ நிமிஷமாய். அதற்கு அடுத்த வாரம் ஆபீஸிலிருந்து வந்தவனை பூட்டிய வீடு வரவேற்றது. என்னைக் கண்டதும் பக்கத்து வீட்டு பொடுசு ஓடி வந்தது.

''மாமி பக்கத்துத் தெரு ஆஸ்பத்திரியிலே இருக்காங்க. உங்களை உடனே வரச் சொன் னாங்க.''

''ஓ! துர்காவை அழைத்துக் கொண்டு போயிருக்க வேண்டும். ஓடுகிறேன். அலை வதற்கு அவசியமின்றி வாசலிலேயே நிற்கிறாள் ஜானகி.

''வாங்கோ! துர்காக்கு புள்ளை பொறந் திருக்கு.''

லேசாகிறேன்.

''அப்பாடி! தேங்க் காட்! எப்ப ஆச்சு?''

''மத்தியானம் இரண்டு மணிக்கு. அவ புருஷனுக்கு ஆள் அனுப்பிச்சாச்சு நாலு தடவை. கடன்காரன் இன்னும் வரான். பொண்டாட்டி அருமை தெரியாதவன்!'' — புலம்புகிறாள்.

''உஷ்! பேசாதிரு. அவ காதுல விழப் போறது'' — அதட்டினேன்.

''அவளா? வாயைத் திறக்கறதில்லையே யொழிய மனசுக்குள்ளே வச்சுண்டு மருகறாப் பாவம்! ஒரு குழந்தை வேற ஆயிடுத்து. என்ன பண்ணப் போறாளோ?''

ஜானகி கவலைப்பட்டது போலவே ஆஸ்பத்திரியில் இருந்த மூன்று நாட்களிலும் அவன் ஒரு தடவை கூட வந்து பார்க்க வில்லை. டிஸ்சார்ஜ் செய்து டாக்ஸியை அழைத்துக் கொண்டு வந்து நிற்க குழந்தை யும் கையுமாக பெரிதாக அழுதாள் துர்கா.

''மாமா! மாமி! நீங்க செய்யறதை, செஞ்சதை என் வாழ்நாள் பூரா மறக்க மாட்டேன் நான்!'' — விசும்பியவளை அதட்டினாள் ஜானகி.

''சரி! சரி! மறக்க வேண்டாம். முடிஞ்சு வச்சுக்கோ! பைத்தியம். பச்சை உடம்போட அழுதுண்டு. வா! வா!''

டாக்ஸியை விட்டு இறங்குகிறேன் வாசல் திண்ணையிலேயே உட்கார்ந்திருக் கிறான் ஒருவன். ஜானகி கண்ணாலேயே



சம அளவில் அரிசி மாவு, மைதா மாவு கலந்து ரவா தோசை தயாரிக்கும் பொழுது, ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் கடலை மாவையோ, வறுத்து அரைத்த உளுத்தம் பருப்பு மாவையோ கலந்து தோசைவார்த் துப் பாருங்கள். மொறு, மொறுவென்று தனிச் சுவையுடன், 'இன்னும் போடு' என்று கேட்க வைக்கும்.

— திருமதி தேவனாதன்.




# மிருதுவான போஷாக்கு

**உங்கள் குழந்தைக்கு 4 மாதங்களாகும் சமயத்தில் அவனது இயற்கை உணவான பாலுடன் எளிதில் ஜீரணிக்க உகந்த போஷாக்கு உணவான நெஸ்டத்தையும் கொடுங்கள்.**

பாலுடன் கலந்து தயாரிக்கப்பட்ட நெஸ்டம் உங்கள் குழந்தையின் மிருதுவான முதல் திட உணவாகும். ஏனெனில் இதில் குழந்தை ஆரோக்கியமாய் வளர்வதற்குரிய எல்லா போஷாக்குகளும் சமச்சீர் அளவில் அடங்கியுள்ளன. உங்கள் குழந்தையின் உணவில் வெவ்வேறு சுவையைக் கூட்ட விரும்பினால், அவ்வகை உணவுடன் நெஸ்டத்தை கலந்து கொடுங்கள். உதாரணமாய் வேக வைத்த பழங்கள், வேகவைத்து மசிய வைத்த காய்கறிகள் மற்றும் பருப்பு வகைகள்.

அரிசி சேர்த்த நெஸ்டம் போஷாக்கு நிறைந்த ஸிரியல் ஆகும். உங்கள் குழந்தை இதை எளிதில் ஜீரணிக்கும். உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு மருத்துவர்கள் சிபாரிசு செய்யும் எல்லாவித போஷாக்கும் இதில் உள்ளன. உறுதியான எலும்புகளுக்கும் பற்களுக்கும் தேவையான கால்ஷியம்; ஆரோக்கியமான ரத்தத்திற்கு தேவையான இரும்பு சத்து; பட்டு போல் பளபளக்கும் சருமத்திற்கும், ஒளிவீசும் கண்களுக்கும், நோய் எதிர்ப்பு சக்திக்கும் தேவையான வைட்டமின்களும் இதில் அடங்கியுள்ளன.

உங்கள் செல்லக் குழந்தை நெஸ்டத்துடன் சேர்ந்து வளர்வதை கவனியுங்கள்.

இலவச நெஸ்டம் செய்முறை புத்தகத்திற்கு எழுதுங்கள். போஸ்ட் பேக் 25, புது டில்லி-110016.

எளிதில் ஜீரணிக்க வல்ல பேபி ஸிரியல்.

**நெஸ்டம்**

# நீங்கள் மிகவும் விரும்பி அணிந்திடும் பட்டுச் சேலைகள்

# 20%

## தள்ளுபடியுடன் வாங்கிட வாரீர்!




- தில்லையாடி வள்ளியம்மை பட்டு மாளிகை,
  350, பாந்தியன் சாலை,
  எழும்பூர், சென்னை-8.
- பட்டு மாளிகை,
  57, தேரடி, சேலம்-1.
- பவளம்,
  147, நேத்தாஜி சாலை,
  ஈரோடு-1.
- தாமரை பட்டு மாளிகை,
  314, 315, ராஜா தெரு,
  கோயம்புத்தூர்-1.
- பட்டு மாளிகை,
  36, வெங்கலக்கடைத் தெரு.
  மதுரை.
- அமுதசுரபி,
  12, 14, தேரடி கடைத்தெரு,
  திருச்சி-2.
- பட்டு மாளிகை,
  59-59-ஏ, வடக்கு ரதவீதி,
  திருநெல்வேலி டவுன்-6.
- ரேஷம் தாரா,
  சபீனா பிளாசா, முதல் மாடி,
  84, 85, இன்பேன்டரி சாலை,
  பெங்களூர்.
- குஷ்பூ,
  16, 17, புது மார்கெட்.
  திலக் சாலை, அபைட்ஸ்,
  ஐதராபாத்-1.

பட்டு இரகங்கள் கோ-ஆப்டெக்ஸின் இதர விற்பனை நிலையங்களிலும் கிடைக்கும்.

**கோ-ஆப்டெக்ஸ்**

தமிழ்நாடு கைத்தறி

DIPR/1455/MS/90/ET

எனக்கு ஜாடை காட்டுகிறாள். ஓ! இவன் தான் துர்காவின் கணவனாக இருக்க வேண்டும். மிருக வெறியாய் கண்கள், அசிங்கத்தனமாய் ஒரு பட்டு ஜிப்பா... அலட்சியமான ஒரு பார்வையோடு யாரோ போல் உட்கார்ந்திருப்பவனைப் பார்க்க எனக்குப் பற்றிக் கொண்டு வந்தது. அட்லீஸ்ட் நன்றி சொல்லக் கூடவா மனமில்லை. ராஸ்கல்! — மனத்திற்குள் திட்டியபடி மளமளவென்று வாசலில் இருந்தபடியே என் வீட்டை நோக்கிப் போகிறேன். மனிதத்தன்மையே என்ன என்று தெரியாதவனிடம் அந்தச் சின்னப் பெண் எப்படி இருக்கிறாள்?

அதற்குப் பின் முன்னை விட அதிகமாக அந்தக் குழந்தைக்காக அங்கு ஓட ஆரம்பித்தாள் ஜானகி.

"குழந்தை குளுப்பாட்டறதுன்னா சும்மாவா? நல்லா உருகி உருகி எண்ணெய் தடவி, நல்ல சூடா வெந்நீரை மேல விட்டா சாயங்காலம் அஞ்சு மணி மட்டும் தூங்கறான் படுவா. அத்தனை இதம் கேட்டிருக்கு. அரை வெத்தலையையும், ஓமத்தையும் ஒட்டி அரைச்சு போட்டிட்டு வந்தேன். கையையும் காலையும் உதைச்சுக்கறது. காரமாம்!" — விவரிப்பாள்.

நான் மட்டுமென்ன? "ஜானகி! இங்கேயா இருக்கே?" — என்று குரல் கொடுத்தபடியே உள்ளே போய் சட்டென்று குழந்தையைப் பார்த்து விட்டு பட்டென்று வெளியில் வந்து விடுவேன். ஆனால் ஒரு நாள்...!

"குழந்தையைக் குளிப்பாட்டற முறை! இதோ வந்துடறேன் அரை மணிலே!" — என்று எண்ணெய்க் கிண்ணமும் கையுமாக ஓடியவள் பத்து நிமிடத்தில் திரும்பி வந்தாள்.

"ஏன்! ஜானகி குழந்தை தூங்கிண்டிருக்கானா என்ன?" — சாதாரணமாகக் கேட்டபடியே நிமிர்கிறேன். அவள் கண்களில் அருவியாய்க் கண்ணீர். என்னவாயிற்று?

"ஓ! அதானேப் பார்த்தேன். இதோ வந்தாச்சே உன் வாத்யார்!" எகத்தாளக் குரல் கொல்லைப் புறமாக உள்ளே நுழைந்து கொண்டிருந்த ஜானகியின் கால்களைப் பின்னவைக்க அப்படியே நிற்கிறாள். எதிரே கோபத்தின் சுயரூபமாய் துர்காவின் கணவன்.

"ஏய்! வயசுல பெரியவளா இருக்கியேன்னு பார்க்கறேன், இல்லே... நடக்கறதே வேற இருக்கும். ம்! கண்டவங்கள்ளாம் உள்ளார நுழைஞ்சு என் வீட்ல அட்டகாசமா பண்ணறீங்க?"

அவன் பெருங் குரலெடுத்துக் கத்த துர்கா உள்ளேயிருந்து ஓடிவந்தாள்.

"என்னங்க! என்னை என்ன வேணாலும் சொல்லுங்க. மாமியைச் சொல்றதுக்கு உங்களுக்கு எந்த உரிமையும் இல்லை."

அவள் சொல்லி முடிப்பதற்குள் அவன் உச்சந்தலை முடியைக் கொத்தாகப் பற்றி இழுத்தான். "அடி தடி...! அடுத்த வீட்டுக்கு வக்காலத்து வாங்கிட்டு என்கிட்டயே வரியா?" — ஒரு கை தலைமுடியைப் பிடித்துக் கொண்டிருக்க இன்னொரு கையால் குனிய வைத்து அவள் முதுகில் குத்திய குத்தில் வாய் விட்டலறினாள் துர்கா. இந்தக் காட்சியைப் பார்த்த ஜானகிக்கு கை, கால் வெலவெலத்தது.

"இதோ பாருப்பா! பச்சை உடம்புகாரி. தாங்கமாட்டா பாவம்." ஜானகிக்குச் சொல்வதற்குள் அழுகை அடைத்துக் கொண்டு வர அடிப்பதை நிறுத்தி விட்டு நிமிர்ந்தான் சீற்றத்தோடு.

"ஏய்! போ வெளில மரியாதையா. இனிமே என் வீட்ல உன்னைப் பார்த்தேன் நடக்கறதே வேறா இருக்கும்."

அப்படியும் நின்றாள். "தோ பாருப்பா! நான் உன் வீட்டுக்கு அள்ளிண்டு போறதுக்கு வரலை. சின்னப் பொண்! தனியா தவிச்சிண்டு இருக்கா. உன் குழந்தைய குளிப்பாட்ட முழுக்காட்டான்னுதான் வரேன்."

"ஹாய்யாங்காணும் — எகதாளமாக சிரித்தான். "ஏன் உடம்புல திமிரெடுத்துப் பெத்துப் போட்டவளுக்குக் குளுப்பாட்ட


The following particulars regarding the ownership of 'MANGAYAR MALAR' the Tamil Monthly newspaper, are published as called for by Rule 8 of the Registration of Newspapers (Central) Rules 1956.

FORM IV

1. Place of Publication : Madras
2. Periodicity of Publication : Monthly
3. Name of Printer : V. Murali
   Nationality : Indian
   Address : AA-117, Shanthi Colony,
   Anna Nagar, Madras - 600 040
4. Name of Publisher : V. Murali
   Nationality : Indian
   Address : AA-117, Shanthi Colony,
   Anna Nagar, Madras - 600 040
5. Name of Editor : V. Murali
   Nationality : Indian
   Address : AA-117, Shanthi Colony,
   Anna Nagar, Madras - 600 040
6. Names and addresses of individuals who own the newspaper and partners of shareholders holding more than one per cent of the total capital : Bharathan Publications Private Limited, 84/1-C, Race Course Road, Guindy, Madras - 600 032.

I hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

1.3.1991

V. Murali
Publisher

தெரியாதா? — கீழே கிடந்த துர்காவின் விலாவில் எட்டி உதைத்தான் — ஓடி வந்து சொல்லிவிட்டு ஜானகி ஒரு குறை அழ, நான் அவளைப் பரிதாபமாகப் பார்த்தேன்.

அதன்பின் ஜானகி அங்கு போவதோ துர்கா இங்கு வருவதோ அடியோடு நின்று போனது. ஆனால் ஜானகியின் புலம்பல் மட்டும் ஓயவில்லை.

"ஏன்னா அந்தக் கடங்காரன் சூடு போட்டு இழுத்துருக்கானாமே அந்தப் பொண் உடம்புல. கட்டைல போறவன். நாள் முழுக்க வீட்லேயே உட்கார்ந்துண்டு அவளைச் சித்ரவதை பண்றானாம் ரொம்ப. குழந்தை உடம்பும் பாக்க சகிக்கலையாம்! பாத்துட்டு வந்து வேலைக்காரி சொல்றா!"

இப்படி ஏதாவது சொல்லிச் சொல்லி மாய்ந்து போவாள் தாளாமல். இப்படியே நாலைந்து மாதங்கள் ஓடியிருக்கும். அன்று சனிக்கிழமை. காலையில் ஆபீஸ் போகும் அவசரத்தில் அவசர அவசரமாக மேலோட்டமாய் மேய்ந்து விட்டுப் போன பேப்பரை பிரித்துக் கொண்டு உட்காருகிறேன். கொஞ்ச நேரம் ஓடியிருக்கும். திடீரென்று குழந்தையின் அழுகுரல் கேட்க நிமிர்கிறேன். துர்காதான்! தோளில் குழந்தையோடு பதறியபடி நின்றிருந்தாள். கண்கள் நான் நிறைய அழுதேன் என்று பறைசாற்றிக் கொண்டிருக்க மிகவுமே இளைத்திருந்தாள்.

"மாமா! மாமி எங்கே?"

நான் பதில் சொல்ல உதட்டைப் பிரிக்கு முன் ஜானகி வந்து விட்டாள் ஈரக்கையைப் புடவைத் தலைப்பில் துடைத்தபடியே.

"துர்காவா? வா. குழந்தை ஏன் அழறது?"

"மாமீ" — ஆரம்பிக்குமுன்னே உடைந்து போனாள் துர்கா. 'ஓ'வென்று கதறுகிறாள்.

"மாமீ. நேத்தைக்கு சாயந்தரத்துலேர்ந்து கண்ணே திறக்கலை மாமி. இரண்டு நாளாவே ஒரே ஜுரம். இப்ப காலைலேர்ந்து கைவிடாம அழறான். பாலே குடிக்கலை. எனக்குப் பயம்மா இருக்கு மாமி! எனக்கு உங்களை விட்டா யாருமே இல்லை."

அவள் கதற... தொய்ந்து போயிருந்த குழந்தையை அவளிடமிருந்து வாங்குகிறாள் ஜானகி.

"கிளம்பு! டாக்டர்கிட்டே போகலாம்!" — டாக்டரிடம் ஓடி குளுகோஸ் ஏற்றி குழந்தை பிழைத்து அப்பாடி என்று நிம்மதியாக வாசல் பெஞ்சில் உட்கார்ந்திருந்தவன் காதில் ஜானகி குசுகுசுத்த அந்த வார்த்தைகள் இடியாய் இருந்தது.

"துர்காவுக்கு திரும்ப இது நாலாம் மாசமாம். டாக்டர் சொல்றா அவ உடம்பு இருக்கற கண்டிஷன்ல அபார்ஷன் கூடவே கூடாதாம்!"

யாரோ? எவளோ? ஆனாலும் அந்தப் பெண்ணின் எதிர்காலம் ஒருகணம் கண் முன்னால் வர விக்கித்துப் போனார். அதன் பின் ஐந்தாறு மாதம் அமைதியாய் ஓட துர்காவிற்கு வீட்டிலே பெண் பிறந்திருக்கும் செய்தி வேலைக்காரி மூலமாகக் கிடைக்க இருவருமே கிளம்பிப் போனோம் (அவன் இல்லாத நேரமாகப் பார்த்துதான்) மடியில் வெள்ளைத் துணி சிசுவோடும் பக்கத்தில் தூங்கும் ஒரு வயது நிரம்பாத குழந்தையோடும் சுவற்றில் சாய்ந்தபடி எங்கோ வெறித்துக் கொண்டு உட்கார்ந்திருந்தாள் துர்கா.

காலடி சப்தம் கேட்டு நிமிர்ந்தவள் விசும்ப ஆரம்பிக்க மெதுவே அவள் முன்னால் போய் அமர்கிறேன்.

"ஏம்மா! உன் அண்ணா அட்ரஸைக் குடேன். நான் போய் நேர்லேயே பாத்து விஷயத்தைச் சொல்லி.... முடிப்பதற்குள் மறிக்கிறாள்.

"ஒரு பிரயோஜனமும் இல்லே மாமா! எங்க அண்ணா இவர் கையாலே அடி வாங்கிண்டு போனவன். என் பிணம் கிடந்தா கூட இந்த வீட்டுக்குள்ளே நுழைவானோன்னு சந்தேகம்தான்."

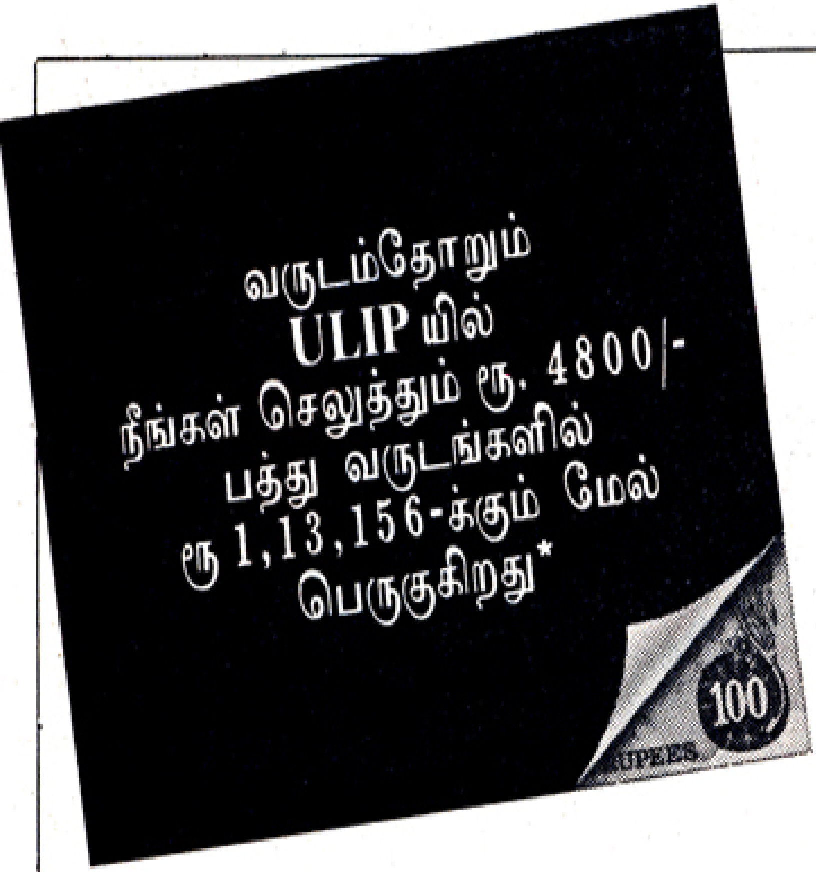
விக்கித்துப் போகிறேன். நாலு வாசலும் அடைபட்ட நிலையில் ஒரு ராட்சசன் கையில் நடுங்கிக் கொண்டு, வதைபட்டுக் கொண்டு, சூடு, அடி வாங்கிக் கொண்டு, குழந்தை வேறு பெற்றுக் கொண்டு எத்தனை நாளைக்கு சாத்தியம்? — நிமிர்கிறேன்.

"அம்மாடி துர்கா! நான் சொல்றேனென்னு தப்பா நினைச்சுக்காதே. ஆனாலும் சொல்வேன். ரொம்பப் பொறுமை கூடாதும்மா! அது நல்லதில்லை. கூடவே கூடாது. பெண்களுக்கு அடக்கம் வேணும் தான். ஆனா நீ இவனுக்கு, இவன் பண்ற துஷ்டத்தனம் அயோக்கியத்தனத்துக்கு அடங்கிப் போயிண்டேயிருக்கப் பாரு இதுக்



மிளகாய் பஜ்ஜி போடும் பொழுது குறுக்குவாட்டில் நறுக்கப்பட்ட மிளகாயின் உட்புறத்தில் 'டொமெட்டோ ஸாஸ்' அல்லது கெட்டியாகக் கரைத்து வைக்கப்பட்ட புளி ஜலம் இவற்றைத் தடவி விட்டு பிறகு கடலை மாவில் தோய்த்துப் போட்டால் மிளகாய் பஜ்ஜி மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

— பானு மூர்த்தி.




யூனிட் டிரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியாவின் யூனிட் இணைந்த இன்சூரன்ஸ் திட்டம் 1971, 20% வரை வரிச் சேமிப்பு பெற்றுத் தருகிறது. ஆண்டுதோறும் நீங்கள் ரூ. 6000/- முதலீடு செய்தால் ரூ. 1200/- வரிச் சேமிப்பு உங்களுக்கு மீதமாகிறது. இதனால் உண்மையில் நீங்கள் ரூ. 4800/- மட்டுமே ஆண்டுதோறும் பத்து வருடங்களுக்கு முதலீடு செய்கிறீர்கள். பதினைந்து வருடத் திட்டத்தில் நீங்கள் ஆண்டுதோறும் செலுத்தும் தொகை ரூ. 4000/- (வரிச்சேமிப்பு ரூ. 800/- நீங்கலாக, நீங்கள் ரூ. 3200/- மட்டுமே செலுத்துகிறீர்கள்.)

வரிச்சேமிப்பு தவிர, யூனிட்டுகள் மீது உறுதியான வருமானம், ஆயுள் காப்பீடு, விபத்துக் காப்பீடு மற்றும் முதிர்வு போனஸ் ஆகியவற்றை உங்களுக்கு ULIP கூடுதலாக அளிக்கிறது. இதனால் இத்திட்டம் உங்கள் முதலீட்டுக்கு பாதுகாப்பு மட்டுமன்றி வேறு எந்தத் திட்டத்திலும் இல்லாத பல சலுகைகளையும் அளிக்கிறது.

ULIP மற்றும் யூனிட் டிரஸ்டின் இதர திட்டங்களைப் பற்றிய விவரங்கள் அறிய எங்கள் ஏஜெண்டுகள், முக்கிய பிரதிநிதிகள், ANZ கிரிண்ட்லேஸ் வங்கி, ஸ்பென்சர் அண்டு கம்பெனி, ஸ்டாப் அண்டு ஷாப் செயின் ஸ்டோர்ஸ் (சென்னை) மற்றும் பஞ்சவடி சூப்பர்-மார்க்கெட் (ஹைதராபாத்) ஆகியவற்றுடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

*யூனிட் இணைந்த இன்சூரன்ஸ் திட்டம்.*

**UNIT TRUST OF INDIA**

(A Public Sector Financial Institution)
H.O. Bombay 400 020.

**Regional Office:** 45, Second Line Beach, Madras 600 001. Ph: 587433, 580938

---

**Our Chief Representatives in Tamilnadu** ☐ ANNA DIST. • **S. Jeyachandran,** Ph: 3535 ☐ COIMBATORE • **A. Dhanabal,** Ph: 34776 ☐ DHARMAPURI • **S.A. Mathaiyan,** Ph: 6152 ☐ KAMARAJAR DIST. • **R. Venkateswaran,** Ph: 22433, 21771 ☐ KANYAKUMARI • **S. Subhash Chandra Bose,** Ph: 4449 ☐ MADURAI • **M. Ramamoorthy,** Ph: 43179 ☐ NORTH ARCOT • **P. Narayanan,** Ph: 21575 ☐ NILGIRIS • **M. Madhavan Nambiar,** Ph: 20253, 21037 ☐ PERIYAR DIST. • **K. Jyothi Ramalingam,** Ph: 78265, 71765, 74765 ☐ P M DIST. • **R. Ramasamy,** Ph: 2277 ☐ SALEM • **N.K. Inkarsal,** Ph: 66414, 51520 ☐ SOUTH ARCOT • **S. Balakrishnan,** Ph: 377, 46 ☐ THANJAVUR • **K. Muthusamy,** Ph: 20374 ☐ TIRUNELVELI • **P. Venkatraman,** Ph: 26314 ☐ TRICHY • **M. Ramalingam,** Ph: 41282 ☐ VOC DIST. • **K. Ramamoorthy,** Ph: 21311.

Sista's-UTI-1537 90TM ©

குப் பேரு அடக்கமில்லை. கோழைத்தனம்! ஒருவிதத்துல கையாலாகாத்தனம். இது பேரு பொறுமை இல்லை.''

''பொறுமையா? எல்லை மீறிப் போயிடுத்து மாமா! கண்ணை மூடிண்டு போயிட்டிருக்கேன்!'' அவள் கலங்க முறைக்கிறேன்.

''கண்ணை மூடிண்டிருக்கியா? பேஷா. கண்ணை மூடிண்டு தவமிருக்கியா? இரேன். இந்தத் தவத்துல கிடைக்கப் போறது ஒண்ணுமில்லை. புருஷன் திருந்தி வந்து மன்னிப்பு கேட்பான்னு பாக்கறியா? தவமிருந்து இருந்து அழிஞ்சு போயிடுவே. கூடவே நீ பெத்துண்டிருக்கியே இந்த இரண்டு சிசுவும் அழியும். அப்பனைப் பார்த்துப் பார்த்து அவனோட ஜுனியரா ஆவான் புள்ளை. பொண்ணை உன்னை மாதிரியே தைரியமில்லாம இன்னொரு துர்காவா ஆக்கப் போறே. ஏன்னா ஒவ்வொரு பொண்ணும் தன் அம்மாவைப் பார்த்து கத்துக்கறதுதாம்மா நிறைய.''

இரண்டு காதுகளையும் இறுக்கி பொத்திக் கொள்கிறாள். ''வேண்டாம் மாமா! சொல்லாதீங்கோ ப்ளீஸ்!''

அவள் அழுவதைப் பரிதாபமாய் பார்க்கிறேன். ''சொல்ல வேண்டான்னுதாம்மா இத்தனை நாள் இருந்தேன். ஆனால் இனிமே முடியாது. எந்த யுகத்துலம்மா இருக்கே. உன் அம்மா காலம் போயாச்சு மலையேறி. இது பெண்கள் உலகம்மா. துஷ்டனை மோதி மிதிக்கற காலம். துர்கான்னு பேரை வச்சுண்டு இத்தனை கோழைத்தனமா இருந்தா எப்படிம்மா? காலா காலத்துல முழிச்சுக்கோ. அதான் சொல்வேன். அப்புறம் உன் இஷ்டம். ஏன்னா நீ படற அவஸ்தைகளை காது கொடுத்துக் கேட்கற சக்தி இல்லைம்மா என்கிட்டே.''

— சொல்லி விட்டு விருட்டென்று வந்து விட்டேன். மனத்திலிருந்து பெரிய பாரம் குறைந்தது போலிருந்தது. ஏதோ பெரிய கடமை முடிந்தது போல இனம்புரியாத மகிழ்ச்சி. பத்து நாள், பதினைந்து நாள் ஓடியிருக்கும். அன்று வெளியில் மின்னலோடும் ' இடியோடும் மழை கொட்டிக் கொண்டிருந்தது.

''வாசல்ல சைக்கிள் மழை சாரல்ல நனையப் போறது. உள்ளே கொண்டு வந்து வச்சிடுங்க!'' — ஜானகியின் குரல் கேட்க எழுந்து வாசலுக்குப் போகிறேன் சாவியோடு. வாசலில் போனவன் பிரமித்து நின்று விட்டேன். யார் குரலிது? துர்காவா? ஆமாம், துர்காவேதான். இடி மழை சப்தத்திற்கு மேலாக அவளின் ஆவேசக் குரல்.

''ஏய்! கிட்டே வராதே! என் மேலே கை பட்டா ஒரே வெட்டுதான். நாய்களா? தெருத் தெருவா ஓடுங்கடா! த்தூ பொண்டாட்டிக்கே ஆள் செட்—அப் பண்ணியிருக்கியா நீ? முதல் வெட்டு உனக்குத்தாண்டா.

நான் ஜெயிலுக்குப் போனா கூட பரவா யில்லை. வாடா! கிட்ட வா! எங்கே அவன்? அவனையும் கூப்பிட்றா.''

மின்னல் வெளிச்சத்தில் வெளியில் ஓடி வரும் துர்காவைப் பார்க்கிறேன். கையில் அரிவாள். உடம்போடு ஒட்டிக் கொண்டு தாயின் ஒரு கை அணைப்பில் தொங்கி அலறிக் கொண்டிருந்தது அந்த சிசு. பின்னா லேயே படியிறங்கி இறங்க முடியாமல் விழுந்து அலறிக் கொண்டு எழுந்து அரை யிருட்டில் தத்துப் பித்து நடையில் தாயை நோக்கி ஓடும் அந்த ஒரு வயதுக் குழந்தை. பகவானே! அவள் நின்ற கோலம் சிலிர்க்க வைக்கிறது. அக்கம் பக்கத்தில் இருந்து ஏழெட்டு பேர் மழையில் கூட இறங்கி அந்த வீட்டை நோக்கி நடக்க 'டமார்' என்று கதவு சாத்தப்படும் சப்தம் கேட்கிறது. அரிவாளைத் தூக்கிக் கதவை நோக்கி வீசு கிறாள். கத்துகிறாள். கொட்டும் மழையில் இரண்டு குழந்தைகளை கைக்கொன்றாக அணைத்தபடி நிற்கும் அவளைப் பார்த்த படியே நிற்கிறேன். ஜானகி என்னைத் தாண்டிக் கொண்டு கீழே இறங்கிப் போகிறாள். நான் உள்ளே வருகிறேன். பின்னாலேயே சொட்டச் சொட்ட துர்கா.

''மாமா! இன்னைக்கி இந்த ராத்திரி மட்டும் கொஞ்சம் இடம் கொடுங்கோப் போறும். பொழுது விடிஞ்சவுடனே நான் போயிடறேன்'' — நிமிர்ந்து பார்க்கிறேன். இவளைப் பற்றி இனி கவலைப்பட வேண் டாம்.

''போம்மா! போய் நிம்மதியாத் தூங்கு. நாளைக்கி விடியப் போற பொழுதே உனக் காகத்தான்!'' — எதையும் கிண்டி கிளறாமல் இருவருமே மௌனமானோம்.

அன்று விடியற்காலை ரொம்பவும் ரம்மியமாக இருந்தது. சூடாக வந்த காப்பியை உறிஞ்சியபடியே துர்காவைப் பார்க்கிறேன். ஜன்னலின் வழியாக எங்கோ பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறாள். ஆனால் பார்வையில் முன்பிருந்த பயம், சோகம் துளி கூட இல்லை. முற்றாக மாறியிருந்தது. அழுத்தப் பார்வையாய்! எதையோ சாதிக்க நினைக்கும் தீர்மானத்தோடு...

''அப்புறம் என்னாச்சு மாமா!''

ராதா ஆவலோடு கேட்க, நினைவலை களை உதறி விட்டு நிமிர்ந்தார்.

''அப்புறம் என்ன? அன்னைக்கிப் பார்த்ததுதான். கைல இருந்த நானூறு ரூபாய் பணத்தைக் கவர்ல போட்டுக் கொடுத்தேன். இருன்னு சொல்லலே. ஏன்னா அங்கே இருந்தா எத்தனை சிக்கல் வரும்னு அவளுக்கே தெரிஞ்சதுதானே. இரண்டு குழந்தைகளோட ஜானகி கொடுத்த இரண்டு மாத்து டிரஸ்ஸோட பஸ் ஏத்தி அனுப்பினேன். அப்புறம் அந்தக் குழந்தையை இன்னைக்கித் தான் பார்க்கறேன் இந்தப் போட்டோவுல. இவ கல்பகம் இல்லை. துர்கா! — தைரியமா போன்னு நான் அனுப்பின பொண்!''

கலங்கி நின்ற சாம்புவை ஆச்சரியமாகப் பார்த்தாள் மருமகள் ராதா. அதை விட ஆச்சரியமாக இருந்தது அவர் சொன்ன கதை!

''அந்தப் பொண் போட்டோவைப் பார்த்ததுலேர்ந்து நேர்ல பார்க்கணும்னு மனசு தவிக்கறது தெரியுமா?''

''ம்! இது என்ன பெரிய்ய காரியம்? அவங்க வீட்டுக்கே போயி ஏண்டியம்மா சௌக்கியமா இருக்கியோன்னு? — 'தருமி' ஸ்டைல்ல கேட்டுட்டாப் போறது.''

ராதா கேலி பண்ண சிரித்தார்.

''அது முடியும்கற்றியா?''

''ஒய் நாட்? பத்திரிகை ஆபீஸ்ல போய் கேட்டா அட்ரஸ் கொடுப்பாங்க. போக வேண்டியதுதானே!''

மகிழ்ந்து போனார்.

டாக்ஸியில் போய் இறங்கி நிமிர்ந்து பார்த்தார். குட்டிப் பங்களாவாக இருந்தது வீடு. வாசல் முழுவதும் வண்ண வண்ண ரோஜாப் பூக்கள் செடி கொள்ளாமல். தாண்டி உள்ளே போனார். என்னை அடையாளம் தெரியுமா? தெரிந்து கொள் வாளா? முழுதாக இருபது வருடங்களுக்குப் பிறகு... காலிங் பெல்லை அழுத்தினார். ஒல்லியாய், நல்ல உசரமாய் தூக்கி வாரி விடப்பட்ட தலையோடு ஒரு பையன்.

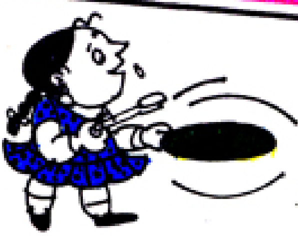
''யெஸ்! யாரைப் பார்க்கணும்?'' — நிமிர்ந்தார்.

''இங்கே துர்—கான்னு...''

அவன் புருவத்தைச் சுருக்கினான்.

''நீங்க யாருன்னு சொன்னா அம்மாவைக் கூப்பிடறேன்!'' — பதவிசாக நின்ற அந்தப் பிள்ளையை நிமிர்ந்து பார்க்கிறேன். அதே பையன்! கொட்டுகிற மழையில் தடுக்கி விழுந்தபடி அரையிருட்டில் அம்மாவைத் தேடி ஓடி புடைவைக்குள் ஒளிந்து கொண்டு அழுத அவனேதான்.

நான் நான்... அந்தப் பொண்ணைக்



பாகற்காய் வதக்கல் கறி செய்யும் பொழுது மிளகாய்த் தூள், உப்பு, இவற் றோடு ஆம்சூர் (மாங்காய்ப் பொடி — கடைகளில் கிடைக்கும்) பொடியையும் கொஞ்சம் சேர்த்துப் பாருங்கள்... கசப் பில்லாத பாகற்காய் கறியைக் குழந்தை கள் கூட விரும்பிச் சாப்பிடும்.

— பானு மூர்த்தி.



# கண்ணன் தேவன் தோட்டப் பண்ணைகளின் உயர்வே தனி

தென் இந்தியாவில் உள்ள கண்ணன் தேவன் மலைகளுக்கென்றே வாய்த்திட்ட வளமகிமை-- இயற்கை மூலநிதிகளின் இணையிலாப் பொருத்தத்தில் விளையும் ஒப்பில்லா மணிக் கொழுந்துத் தேயிலை. அதற்கே உரிய உயர் வீரியம், செல்வ நறுமணம்-- அவை அப்படியே தோட்டப் பண்ணையில் உடனடியாக பேக் செய்யப்பட்டு விருக்கெனப் பதினைந்தே நாட்களுக்குள் சேர்ப்பிக்கப்படுகின்றன உங்களிடம்-- பசுமை மாறாத அதே புத்தம் புதுமணப் பொதிவோடு, டாட்டா தர மேம்பாட்டு ஸீல் முத்திரையோடு.

'தோட்டப் புதுமைக் கந்த' பேசும் இத் தேயிலை மாய உலகில் தென்றல் புதுமை கமழுவது டாட்டாவின் கண்ணன்-தேவன் ஒன்றே.

## கண்ணன் தேவன் டீ

இயற்கை செய்திட்ட கலவை, டாட்டா செய்திட்ட பொதிவு.

டாட்டா டீ லிமிடெட்




A TATA PRODUCT


ஃபில்டர் காப்பியின் சுவை...
நிமிடங்களிலா அல்லது உடனடியாகவா?
ஃபில்டரில் மூன்று ஸ்பூன் காப்பித் தூளை போடவும்.
கொதிக்கின்ற வெந்நீரை மெது-வாக ஃபில்டரில் ஊற்றவும்.
டிகாக்ஷன் இறங்கும் வரை காத்திருங்கள்
டிகாக்ஷன் ரெடியா? டம்ளரில் ஊற்றி சுவைக்கு பாலும், சர்க்கரையும் சேர்க்கவும்.
BRU
ஒரு ஸ்பூன் ப்ரு இன்ஸ்டன்ட் எடுத்து டம்ளரில் போடவும்.
சூடான வெந்நீரில் கலக்கவும்.
சுவைக்கு பாலும், சர்க்கரையும் சேர்க்கவும்.
Brooke Bond
BRU
INSTANT
BRU
ஆஹா! ஃபில்டர் காப்பியின் அருமையான சுவை
ப்ரு
இது ஃபில்டர் காப்பியைப் போன்றே சுவையானது.
ஸ்ட்ராங்கானது, சௌகரியமானது, சிக்கனமானது
Ogilvy & Mather 3172 TAM



முட்டையை அடிக்கும் போது சிறிது பாலைக் கலந்து அடித்தால் ஆம்லெட் சுவையாக இருக்கும்.

— இந்திரா.

கூப்பிடு போறும்!'' — சொன்னவரை ஆச்சரியமாகப் பார்த்தபடியே உள்ளே போனான். பெரிய ஹாலில் சோபாவில் சாய்ந்து கொண்ட போது சந்தோஷமாக இருந்தது.

யாருப்பா அது?'' — கேட்டபடியே வெளியில் வந்த பெண்மணியைப் பார்த்தார். சமையலறையிலிருந்து வந்திருக்க வேண்டும். கையில் ஒரு டவல். அதே உயரம். கண்கள் வைராக்கியம் குறையாமல் அன்று இரவு பார்த்தது போல. இடையிடையே காலத்தின் வெளிப்பாடுகள். வெள்ளி இழை. மூக்குக் கண்ணாடி. ஓ. துர்கா! எழுந்து நின்றார். சட்டென்று காலைத் தொட்ட ஸ்பரிசத்தில் பதறிப் போனார்.

கண் இமைக்கும் நொடியில் நமஸ்கரித்து எழுந்து ''எப்படியிருக்கீங்க மாமா!'' — என்று கேட்டவளைப் பார்த்துத் திகைத்து ஒன்றுமே பேசத் தோன்றாமல் விழித்து அவள் முதுகை ஆதரவாய்த் தட்டினார்.

''இருக்கேம்மா! நீ எப்படி? நல்லாயிருக்கியா?'' — பதிலுக்குச் சிரித்தாள்.

''கேசவ்'' வெளியில் வந்தவனை அறிமுகப்படுத்தினாள்.

''இதுதான் மாமா கேசவ்! நீங்க வச்ச பேர்தான்.''

''ம்! கதவைத் திறந்தவுடனேயே புரிஞ்சுண்டுட்டேன்.

''கேசவ்! இவர்தான் சாம்பு மாமா! என்னோட இந்த நிலைமைக்கு ஆணிவேர்!'' — சிநேகமாக சிரித்தாள்.

''பொண்ணு?''

சிரித்தாள். ''இருக்கா! காலேஜ் போயிருக்கா.

''மாமா! ரொம்ப மாறிட்டீங்க நீங்க. பல்லு கூட போய். மாமியை அழைச்சுண்டு வரலியா? மாமி என்னை ஞாபகம் வச்சுண்டிருக்காங்களா?'' — அடுக்கடுக்காய் பேசியவளைப் பார்த்துச் சிரித்தார்.

''மாமி உன்னை ஞாபகம் வச்சுண்டிருக்காளான்னு தெரியாது. ஆனா கடைசி வரை உன்னைப் பத்திப் பேசிண்டேயிருந்தா.'' இப்ப இந்த நிலைமைல உன்னைப் பார்த்தாள்னா தாங்கியிருக்கவே மாட்டா.''

''மா—மா!''

''ஆமாம்மா! முதல் அலைல அவ போயிட்டா. தனியா நான் அடுத்த அலைக்காக வெயிட் பண்ணிண்டிருக்கேன். ஏழெட்டு வருஷம் ஆயிடுத்து.''

அப்படியே குனிந்து உட்கார்ந்து குலுங்கினாள்.

''மாமா, மாமி மட்டும் இல்லேன்னா என்னால நினைச்சே பார்க்க முடியாது. பெத்த அம்மாயில்லாத குறையை பல நெருக்கடியிலே எங்கேயிருந்தோ தெய்வம் மாதிரி வந்து தீர்த்து வச்சா!''

''சரிம்மா! நீ எப்படி மெட்ராஸ் வந்தே? ம்! உங்க அண்ணா வீட்ல... அவரைக் கையமர்த்தினாள்.

''அது பெரிய கதை மாமா. நான் பட்ட அவஸ்தையை நீங்க பார்த்திருக்கீங்க. அதை விட பெரிசா இல்லை. நீங்க சொல்லிக் கொடுத்த அந்த மந்திரத்தைத்தான் துணையா வச்சுண்டேன். தைரியம்! தைரியம்! நாம இப்படி இருக்கக் கூடாதுங்கற வெறி.''

அன்னைக்கி அண்ணா வீட்டுக்குத்தான் போய் இறங்கினேன். இரண்டு குழந்தையோட வந்து நின்னவளைப் பார்த்தவுடனே அவங்களே பயந்து போயிட்டாங்க. எங்க காலம் பூரா பாரமா அமுங்கி உட்கார்ந்திடுவேனோன்னு. எங்க அண்ணி என்னைக் கூப்பிட்டு பழமொழியையும், ராமாயணத்தையும் ஞாபகப்படுத்தி திரும்பி அங்கேயே போன்னாங்க.

நான் பதிலே சொல்லலை. மூலைல இருந்த என் சர்ட்டிபிகேட்டை தூசி தட்டி எடுத்துக்கிட்டு கிளம்பிட்டேன், மறுநாளே எங்கே போறதுன்னு தெரியாமலையே. ஏதோ பஸ்ல ஏறி விருதுநகர்ல போய் இறங்கினேன். நீங்களும், மாமியும் கிடைத்தாற் போல அங்கேயும் பட்டுன்னு ஒரு மாமி தெய்வமா உதவிக்கு வந்தாங்க. அவங்களுக்கு சொந்த வீடு இருந்தது. அதுல ஒரு ரூம் கொடுத்தாங்க. இரண்டு நாள் ரூம்குள்ளேயே கிடந்தவளைக் கூப்பிட்டு மூணாவது நாள் என்னோட வேலைக்கு வரியான்னு கேட்டாங்க. துணிஞ்சு கிளம்பினேன்.

வேலை ஒண்ணும் பெரிசா இல்லை. சமையல் வேலைதான். இப்படியே கல்யாணம், கருமாதின்னு குழந்தையைத் தூக்கிட்டு வேலைக்குப் போக ஆரம்பிச்சேன். மீதி நேரத்துல ஏதாவது எழுதினா என்னன்னு ஆசை வந்தது. ஒரு கதை எழுதி விளையாட்டா போஸ்ட் பண்ணினேன். ரொம்ப நாளா என் மனசுல இருந்த ஆசை அது. போஸ்ட் பண்ணிட்டு அதைப் பத்தி மறந்தும் கூட போயிட்டேன். ஆனா மறு மாசமே அந்தக் கதை பிரசுரமாகி மணியார்டரும் வந்த போது என்னால நம்பவே முடியலை. என்னை விட அந்த பட்டு மாமிக்கு ரொம்ப குஷி! எழுது எழுதுன்னு என்னை உற்சாகப்படுத்திண்டேயிருந்தா. சமைக்கப் போற இடங்கள்லாம் கூட தமுக்கு அடிக்க ஆரம்பிச்சா. எழுத ஆரம்பிச்சேன்'' — நிறுத்தினாள்.

''உங்களுக்குக் கூட ஒரு லெட்டர் போட்டேன் மாமா! நோ அட்ரஸின்னு

திரும்பி வந்துடுத்து.''

''ஆமாம்மா! நீ அந்த ஊரை விட்டுக் கிளம்பின ஆறேழு மாசத்துக்குள்ளேயே டிரான்ஸ்பர் வந்து அந்த வீட்டைக் காலி பண்ணிட்டோம்! அப்ப அவன் கூட... உன்னோட!''

தயங்கிய என்னைத் திரும்பிப் பார்க்கிறாள். ''உன் ஹஸ்பண்ட்னு மட்டும் சொல்லாதீங்கோ! அவனுக்கும் எனக்கும் அன்னைக்கு ராத்திரியோடயே. முடிஞ்சு போச்சு'' — பெருமூச்சு விடுகிறாள்.

''ஹா! நான் கூட கேள்விப்பட்டேம்மா! ஏதோ பொம்பளை விட்ல நடந்த தகராறுல கொலை விழுந்து, பக்கத்துல இருந்த இவனையும் புடிச்சுட்டு போயிட்டாங்களாம் போலீஸ்ல. உள்ளே இருக்கறதாக் கேள்வி! அப்புறம் என்ன ஆனான்னு தெரியலை!''

அலட்சியமாக சிரிக்கிறாள். ''தெய்வம் இப்பவெல்லாம் அப்பப்ப கணக்கைத் தீர்க்கறது போலிருக்கு. ஒவ்வொரு நிமிஷமும் துடிக்க வச்சான். ஆள் அழைச்சுண்டு வந்து... வந்து'' — முகமிறுகிப் போனாள்.

''அதையெல்லாம் மறக்கணும்கறதுக்காகவே மிஷினா உழைச்சேன் ஒரு நிமிஷம் உட்காராமே. நிறையக் கஷ்டப்பட்டேன். அழறக் குழந்தையைப் பக்கத்துல போட்டுட்டு அதிரசத்துக்கு மாவு இடிச்சிருக்கேன். அனல் பறக்கற ஜுரத்தோட கோட்டையடுப்புகிட்டே நின்னிருக்கேன். அழுதழுது தலைகாணியை நனைச்சுட்டு என்னை நானே திட்டிண்டே மடமடன்னு 'லைட்' டைப் போட்டுட்டு எழுத உட்கார்ந்திருக்கேன். ராத்திரி பூரா எழுதுவேன் கை வலிக்க, வலிக்க. இதுக்கு நடுவுலதான் நான் போட்டுக் கொடுத்த ஊறுகாயை யாரோ யாருக்கோக் கொடுத்து, அவாளுக்குப் புடிச்சு போய், நேர்ல வந்து தனியா அஞ்சு கிலோ ஊறுகாய் போட்டுக் கொடுன்னு அட்வான்ஸ் கொடுத்த போது கொஞ்சம் பயமாகவே இருந்தது. போட்டுக் கொடுத்தேன். நிறைய ஆர்டர் வர ஆரம்பித்தது. மாமியையும் வேலைக்குப் போறதைக் குறைச்சுக்க சொல்லிட்டு என் துணைக்குச் சேர்த்துண்டேன். பின்னால விதவிதமா ஊறுகாய் போட்டேன். அப்பளாம், சிப்ஸ் பண்ணி விக்க ஆரம்பிச்சேன். கணிசமா பணம் கைக்கு வர ஆரம்பிச்சது.

கேசவ் ஸ்கூலுக்குப் போக ஆரம்பிச்சான். அவனை ஒரு நல்ல வழிக்குக் கொண்டு வந்துடணும்கற வெறி. ஆர்டரை இன்னும் நிறைய நானே போய்க் கேட்டு வாங்கினேன். மேலும் இரண்டு அனாதைப் பெண்களையும் துணைக்கு அழைச்சுண்டேன். கொஞ்சம் கொஞ்சமா அந்த வீடே ஒரு வியாபாரக் கேந்திரமா மாறிப் போச்சு.

பகல் முழுக்க வேலையும், இரவு முழுக்க எழுத்துமா என் நேரத்தை ஓட்ட ஆரம்பிச்சேன். என் கதைகளும் நிறைய பிரசுரமாகி நல்ல பேர் வர ஆரம்பிச்சது. புகழ் பெற ஆரம்பிச்சேன். வருமானம் பெருக ஆரம்பிச்சது.

கேசவ் காலேஜ் போற நேரம். அப்பத்தான் என்னை ஒரு சமூக சேவகி பார்த்துட்டு பேச்சோடு பேச்சாக மெட்ராஸ்ல நல்ல விரிவா உங்க வேலையைப் பண்ணலாமேன்னாங்க. மாமா! வேளைன்னு வந்தா எல்லாம் தானே வரும்னு சொல்வாங்க. அது போல எல்லாம் தானே வந்தது. ஒரு பெரிய லட்சாதிபதி சும்மா இருக்கு பில்டிங்னு டொனேட் பண்றேன்னார். பாங்க் லோன் உதவியோட என்னோட அந்தச் சின்ன வீட்டுத் தொழில் ரொம்பப் பெரிசா நூறு, நூத்தம்பது அனாதைப் பெண்களுக்கு வாழ்வு தரும் தொழிற் சாலையா உருமாறிப் போச்சு.

ரெண்டு குழந்தைகளுக்கும் எனக்கும் சோறு வேணுமேங்கறதுக்காக நான் ஆரம்பிச்ச அந்தத் தொழில், வாழ்வுல பிடியே இல்லாத பல நூறு பெண்கள் முகத்துல சிரிப்பை வரவழைச்சது. விடு விடா போய் சமைச்ச எனக்கு இன்னைக்கி நிறைய பேரும், புகழும் மரியாதையும் கிடைச்சதுன்னா நிச்சயமா அது உங்களாலதான் மாமா!''

அவள் முடிக்க என் உடம்பு சிலிர்த்திருந்தது. ''இல்லம்மா! என்னால இல்லை. நான் என்ன பண்ணினேன்?''

''இல்லை மாமா! உடம்பாலையும், மனசாலையும் அணு அணுவா சித்ரவதைப் பட்டுண்டு, உதை வாங்கிண்டு கிடந்த என்னைத் தூக்கி நிறுத்தி, தூங்கினவளை எழுப்பின மாதிரி நீங்க அன்னைக்கிச் சொன்ன தைரியம்தான், நான் இந்த அளவு உயரக் காரணம். என் கால்ல நான் நிக்கறதுக்கு பிடிகோலே நீங்கதான் மாமா! அன்னைக்கு நீங்க மட்டும் என் கண்ணைத் திறந்து ''எந்த யுகத்துல இருக்க துர்கான்னு?'' கேட்கலேன்னா என் கதி? என் குழந்தைகள் கதி?'' — நினைச்சுக் கூடப் பார்க்க முடியலை மாமா!''

அழுத அவள் தலையை மெல்லக் கோதுகிறார்.

''சீ! அசடே. நான் என்ன செஞ்சேன். இது உன் உறுதிக்கு, உன் உழைப்புக்கு, உன் தவத்துக்குக் கிடைத்த பரிசும்மா! உச்சி மீது வானிடிந்து வீழ்ந்து விட்ட போதிலும் அச்சமில்லைன்னு நிக்கணும்ன்னா துணிஞ்சு, இந்த துளிக்கெல்லா கலங்கினா எப்படி? — த்தூன்னு ஊதிட்டு போயிண்டே இருக்கணும். முடிஞ்ச வரைக்கும் மத்தவாளுக்கு உதவி பண்ணிண்டு, துணிஞ்சு தைரியமா நின்னா இந்த உலகத்துக்கு சாதிக்க முடியாததுன்னு ஒண்ணுமே இல்லம்மா. அன்னைக்கும் அதான் சொன்னேன்! இன்னைக்கும் அதான் சொல்றேன். தைரியமா இரு!'' — ஆசீர்வதித்த அவர் கைகளை கண்களில் ஒற்றிக் கொள்கிறாள் துர்கா.

அந்த எழுபது வயது கிழவருக்கு துர்கா பெண்ணில்லைதான். இருவருக்கும் ரத்த பாசம் கூட இல்லை! ஆனாலும் நினைவு பெற்று விட்ட பந்தமாக மாறிப் போனது.

# இப்போது, விம்
# ஏறக்குறைய பாதிவிலையிலே...




## பேரச் சலுகை
## அளிக்கும் (கேரிபேக்) தூக்குப் பை.

இப்போது ஏறக்குறைய பாதி விலையில் கிடைக்கிறது நீங்கள் விரும்பும் விம்... பணமிச்சம் தரும் (கேரி பேக்) தூக்குப் பைகளிலே!

ஒப்பிட்டுப் பாருங்களேன்

| பேக் | 100 கிராம் விலை |
|---|---|
| 500 கிராம் கேனிஸ்டர் | 155 பைசா |
| 2.5 கிலோ கேரிபேக் பை | 90 பைசா |



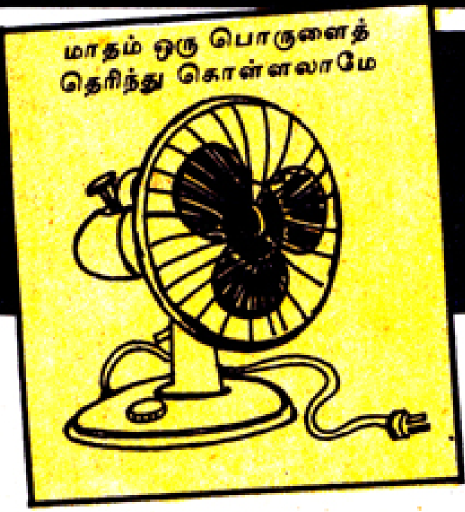

உபயோகிப்பிலேயோ மேலும் சிக்கன லாபம் கிடைக்கிறது இதில் உங்களுக்கு ஒரு துளியளவு விம் உயர்வளமோங்கும் நுரை கொழித்து பிசுக்குகளை விலக்கி என வெளியேற்றுகிறது கறைகளை... அதிகப் பாத்திரங்களைத் துலக்குகிறது ஒளிமினுக்க.

விரைந்தோடி இன்றே வாங்குவீர் புதிய விம் கேரிபேக் உங்கள் தேவைக்கேற்ற அளவிலே (தேர்ந்தெடுக்கக் கிடைப்பவை 500 கிராம், 1 கிலோ, அல்லது 2.5 கிலோ பேக்குகள்)

## ஒரு துளி விம் தரும் துலக்கம் அதிகப் பாத்திரங்கள் ஒளிமினுக்கும்

UNTAS-VG-482A/2217 TAM

இந்துஸ்தான் லீவரின் தரமான தயாரிப்பு.




# மின்விசிறி

''சுற்றிலும் விசிறிகள்
சுற்றிக் கொண்டிருக்க
வியர்வை வெள்ளத்தில் நடிகை''

மேலே உள்ள விளையாட்டான ஹைகூவில் உள்ள ரசிக விசிறிகள் இருக்கட்டும். வியர்வை வெள்ளத்தில் நம்மை ஆழ்த்தாமல் இருக்கும் மின்விசிறிகளைப் பார்ப்போம். மின்விசிறிகள் இன்று நமக்கு இன்றியமையாததாகி விட்டன. மின்சார வெட்டு என்றால் நம் மூச்சுக் காற்றுக்கே வெட்டு வந்து விட்டது போல் துடிக்கிறோம். மின் விசிறி கோடைக் காலத்தில் சுற்றவில்லையென்றால், நமக்குத் தலை சுற்ற ஆரம்பித்து விடுகிறது. இப்படி நம் வாழ்வின் ஒரு அங்கமாகவே ஆகிவிட்ட மின்விசிறியை வாங்கும் போது நாம் கவனிக்க வேண்டியது என்ன என்பதை விளக்கவும், மின்விசிறி சம்பந்தமாக நம்மில் பலருக்கு ஏற்படுகின்ற சந்தேகங்களை விளக்கவும்தான் இந்தக் கட்டுரை.

மின்விசிறி வாங்கும்போது அவற்றை உற்பத்தி செய்யும் கம்பெனியின் அங்கீகாரம் பெற்ற டீலரிடமே வாங்குங்கள் (விளம்பரங்களில் டீலர்களின் பெயர்களை நீங்கள் அறியலாம்; அல்லது அந்தக் கம்பெனிக்கு ஒரு கடிதம் அல்லது தொலைபேசி மூலம் தொடர்பு கொண்டால் உங்கள் வீட்டுக்கு அருகே உள்ள அவர்களது அங்கீகாரம் பெற்றவிற்பனையாளர்யாரென்பதுதெரிந்து விடும்). டீலர்கள் அல்லாத மற்றவர்களிடம் வாங்கும் பொருட்கள் போலியானவை என்று பின்னாளில் தெரிய வந்தால், அப்போது கம்பெனி அந்தப் பொருள்களுக்குப் பொறுப்பேற்பதில்லை.

மின்விசிறி வாங்கும்போது அது புகழ் பெற்ற, பெயர் பெற்ற நிறுவனம் தயாரித்ததா என்பதைப் பார்ப்பதுடன் உங்கள் வீட்டினருகே அந்தக் குறிப்பிட்ட மின்விறியை ரிப்பேர் செய்ய வசதி உள்ளதா என்பதையும் பாருங்கள்.

இரட்டைச் சுழலும் அச்சு உருளை அமைப்பு (Double ball bearing) கொண்ட மின் விசிறியாக இருந்தால் அது சுற்றும்போது ஏற்படும் சத்தம் தவிர்க்கப்படும் அல்லது குறையும். அதனால் மின்விசிறியின் ஆயுளும் சற்று அதிகரிக்கும்.

எந்த முறையில் மின்விசிறியின் மேல் வண்ணம் தீட்டப் பட்டிருக்கிறது என்பதையும் கேட்டு கொள்வது நல்லது. எலெக்ட்ரோ — ஸ்டாடிக் போன்ற முறைகளில் வண்ணம் தீட்டப் பட்டிருந்தால், அது துரு உண்டாவதைத் தடுக்கும்; சுத்தம் செய்வதும் எளிது.

எந்த மாதிரி அறைகளுக்கு எந்த அளவு கொண்ட மின்விசிறியை வாங்கலாம் என்பது பலருக்கும் பெரும் பிரச்னையாக இருக்கும். அதற்குக் கீழ்க்கண்ட அட்டவணை உதவும்.

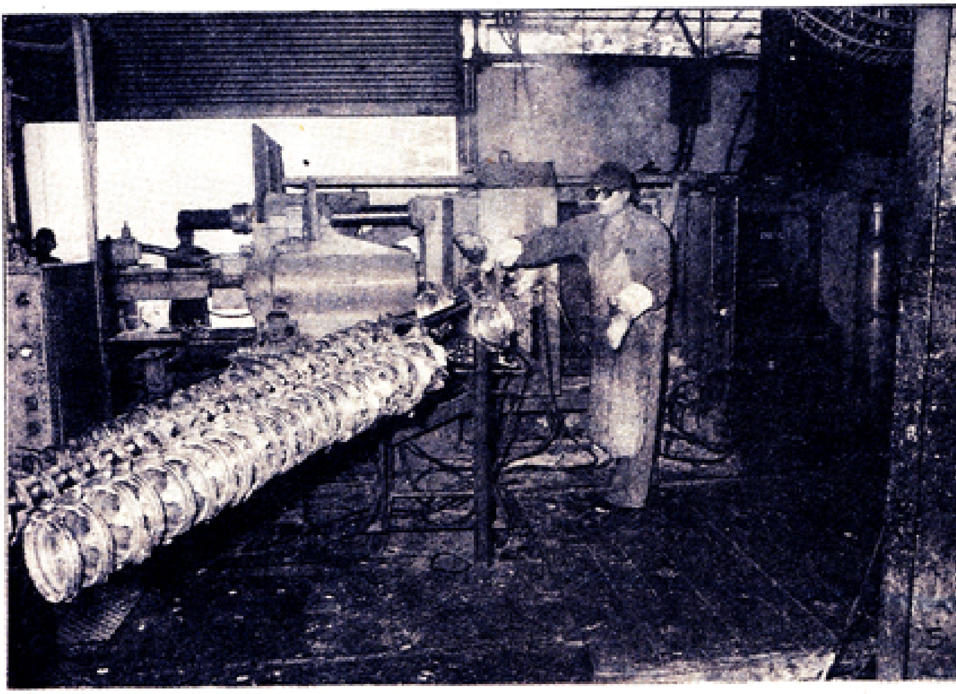
| அறையின் பரப்பளவு (சதுர மீட்டர்களில்) | மின்விசிறியின் ஸ்வீப் (அதாவது விட்டம்) (மில்லிமீட்டர்களில்) |
|---|---|
| சிறிய கடைகள் மற்றும் லோ—சீலிங் கொண்ட அறைகளுக்கு | 600 |
| ஏழுக்கும் | 900 |
| 7 — 10 | 1,050 |
| 10 — 12 | 1,200 |



| | |
|---|---|
| 12 — 14.5 | 1.400 |
| 14.5 க்கு மேல் | 1.500 |

மின்விசிறிகளில் பல வகை உண்டு. பொதுவாகப் பெரும்பாலான அறைகளுக்குக்கூரை மின்விசிறி (சீலிங் ஃபேன்) பொருத்தமானது என்றாலும், படிக்கும் அறைக்கு மேஜை மின்விசிறியும், சமையலறை, பால்கனி போன்றவற்றிற்கு சுவர் மின்விசிறியும், சாப்பாட்டு அறைக்கு பெடஸ்டல் மின்விசிறியும் ஏற்றவை என்றாலும் வீட்டிலுள்ள விஷமக்காரக் குழந்தைகளையும் மனத்தில் கொண்டு மின்விசிறியின் வகையைத் தீர்மானியுங்கள்.

சென்னையிலுள்ள க்ராம்ப்டன் — க்ரீவ்ஸ் நிறுவனத்தின் மார்க்கெட்டிங் துறையைச்



சேர்ந்த அதிகாரிகளிடம் பேசியபோது வேறு பல விஷயங்களையும் அறிய முடிந்தது.

பலருக்கு ஒரு கேள்வி மனத்தில் அவ்வப்போது எழும். மின்விசிறியை வேகமாகச் சுழல விட்டால் மின்சாரம் அதிகம் செலவாகுமா? என்பதுதான் அது. வழக்கமான (அதாவது ரெஸிஸ்டன்ஸ் வகை) ரெகுலேட்டர் பொறுத்தப்பட்ட மின்விசிறிகளைப் பொருத்த வரையில் எந்த அளவு வேகமாக விசிறியைச் சுழல விட்டாலும் ஒரே அளவு மின்சாரம்தான் செலவாகும். இப்போது எலெக்ட்ரானிக் ரெகுலேட்டர்கள் புழக்கத்துக்கு வந்து விட்டன. வழக்கமான ரெகுலேட்டர்களை விட சுமார் 35 ரூபாய் அதிக விலை கொண்டிருந்தாலும், இவற்றால் சில சௌகரியங்கள் உண்டு. இடம் சற்றுக் குறைவாக அடைத்துக் கொள்வதோடு, எலெக்ட்ரானிக் ரெகுலேட்டர்களைப் பயன்படுத்தினால் ஓரளவு மின்சாரத்தையும் மிச்சம் பிடிக்கலாம். ஏனென்றால் மின்விசிறியின் வேகத்துக்குத் தகுந்த மாதிரி இதில் மின்சாரம் செலவழியும். தவிர நமக்கு எவ்வளவு காற்று தேவையோ அந்த அளவுக்கு வைத்துக் கொள்ள எலெக்ட்ரானிக் ரெகுலேட்டர்களில் வசதி உண்டு (அதாவது இவற்றில் 1, 2, 3, 4 என்று எண்ணிக்கை கிடையாது. எனவே இவற்றுக்கு இடைப்பட்ட அளவில் கூட மின்விசிறியின் சுழற்சி இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளலாம்).

இப்போது கட்டப்படும் பெரும்பாலான வீடுகளிலும், ஃப்ளாட்களிலும் கன்சீல்ட் வொயரிங் கொடுக்கிறார்கள். அப்படியானால் வழக்கமான ரெகுலேட்டர்கள் வேண்டாம். சாக்—கெட் அல்லது எலெக்ட்ரானிக் வகை ரெகுலேட்டரே மறைக்கப்பட்டுள்ள வொயரிங் அமைப்புக்கு ஏற்றது. ஏனென்றால் இத்தகைய ரெகுலேட்டர்களில் அதிக உள்வெப்பம் ஏற்படாது.

கூரை மின்விசிறிகளின் மோட்டர்களுக்கு அவ்வப்போது எண்ணெயோ, க்ரீஸோ போடத் தேவையில்லை. ஏனென்றால் இத்தகைய மின்விசிறிகளின் மோட்டார் க்ரீஸ் போடப்பட்டு சீல் செய்யப்பட்டு விடுகிறது. மேஜை மின்விசிறிகளில் வெவ்வேறு திசைகளில் சுற்றுவதற்கெல்லாம் வழி செய்ய வேண்டியிருப்பதால் சீல் செய்வதில்லை. அதனால் மேஜை விசிறிகளை மாதமொரு முறை — இதற்கென கடைகளில் விற்கும் எண்ணெய் மூலம் — சுத்தம் செய்ய வேண்




டும்.

பரிசோதனைச் சாலைகள், சமையலறைகள் ஆகியனவற்றுக்குத் தேவையானது எக்ஸாஸ்ட் மின்விசிறி. புகை காற்றை விட லேசானது. எனவே புகை மேலெழும்பும். மேற்கூரையைத் தொட்ட பிறகு, அங்கே போக வழியில்லாமல் கீழே இறங்கும். மேலேயே எக்ஸாஸ்ட் மின்விசிறியைப் பொருத்தி இயங்க வைத்தால், புகை கீழே இறங்காமல் வெளியே நீங்கி விடும். இதனால் கண்ணெரிச்சலும், நச்சுக் காற்றை உள்ளிழுப்பதும் தவிர்க்கப் படுகின்றன.

ஒரு முக்கியக் குறிப்பு. ஒரே அறையில் கூரை விசிறியும், எக்ஸாஸ்ட் விசிறியும் இருந்தால், எக்ஸாஸ்ட் விசிறி, கூரை விசிறியை விட அதிக உயரத்தில் இருக்க வேண்டியது அவசியம்.

நான்கு ப்ளேடுகள் கொண்ட மின்விசிறிகளால் — பார்வைக்கு வித்தியாசமான அழகாக உள்ளது என்பதைத் தவிர — வேறு எந்த லாபமும் இல்லை. காற்றைப் பரப்பும் திறன் கொஞ்சம் அதிகமென்றாலும், காற்றின் வேகம் இதனால் அதிகமாவ தில்லை.

முன்பெல்லாம் வெள்ளை வண்ண மின்விசிறிகள் மட்டுமே புழக்கத்திலிருந்தன. பிறகு ப்ரௌன் வண்ண மின்விசிறிகளுக்கு கிராக்கி ஏற்பட்டது. இப்போது கறுப்பு வண்ண மின்விசிறிகளுக்கு மவுசு ஏற்பட்டிருக்கிறதாம்.

ஒரு மின்விசிறியின் சுவிட்சை நாம் போட்டால் நமக்குத் தேவையான வேகத்தில் சுற்ற சுமார் 20 நொடிகள் எடுத்துக் கொள்ளும். அதற்குள் அவசரப்படாதீர்கள்.

லைட்டை விட மின்விசிறிக்கு ஆகும் மின்சாரம் சற்று அதிகம்தான். ஒரு 4' ட்யூப் லைட் ஒரு மணி நேரம் எரிந்தால் 40—45 வாட் அளவுள்ள மின்சாரம் செலவாகிறது. ஒரு மின்விசிறி (48") முழு வேகத்தில் சுற்றினால் 68—80 வாட் மின்சாரம் செலவாகும். ஒரு ஃப்ரிஜுக்கு ஒரு மணி நேரத்தில் சுமார் 180 வாட் மின்சாரம் தேவைப்படுகிறது.

— ஜி. எஸ். எஸ்.

கல்யாணங்கள், பார்ட்டிகள் போன்ற
விருந்துகளுக்கு முக்கியத் தயாரிப்பு மட்ரி
என்னும் டிபன். காலை உணவுக்
கும் சிறந்தது.
மைதா, ரவை, கோதுமை மாவு மூன்
றையும் சமபாகமாய்க் கலக்கவும். உப்பு,
சீரகம், கலந்து எண்ணெய்ச் சூடு
செய்து ஒரு கப் ஊற்றிப் பிசையவும்.
கெட்டியான பதமாய் மாவு இருக்க
வேண்டும். இதைச் சிறிய உருண்டைகள்
செய்து, சிறியதாய் தட்டை போல்
சப்பாத்திக் குழவியால் இட்டு 4, 5
வில்லைகளாய் எண்ணெயில் பொரித்
துப் பொன்னிறமாய் எடுக்கவும். இது
வட இந்திய (ஃபேமஸ் மட்ரி) தட்டை
ஆகும். தின்பதற்குப் பொறு பொறு
என்று குளிர் கால உணவாகும்.

— ஜெ. லட்சுமி.


ஓவியம் போன்ற முகத்திலே ஒளி சேர்க்கும் முத்திரை!
EYETEX
ஐடெக்ஸ்
பெண்மையின் பெருமை
பெருகிட- இந்திய பண்பாட்டின்
வளமை கூடிட...
ஐடெக்ஸ்
பூர்ணிமா குங்குமம்
மங்கல சௌபாக்கியத்தின் சின்னம்
அரவிந்த் லாபரட்டரீஸ்,
சென்னை 600 033.
ஐடெக்ஸ் -50 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக உங்கள் நம்பிக்கையின் மகத்தான சின்னம்
Imageads 3087 Tam
போலிகளுக்கு அடிமையாகாதீர்கள்

# 12

கல்லூரி மணி அடிக்க இன்னும் பதினைந்து நிமிடங்கள்தான் இருக்கிறது. அதற்கு முன்பே இன்றைக்குப் பேராசிரியர் சண்முகநாதன் பார்க்கச் சொல்லி இருக்கிறார். முன்னாடியே போனால்தான் அவரைப் பார்த்துப் பேசிவிட்டு வகுப்புக்குப் போக முடியும். ஸ்ரீதரன் நாலுமுழ வேட்டி தடுக்கிவிடாமல் வேகவேகமாக நடந்தான். வழக்கம் போலக் கல்லூரி வாசல் காம்பௌண்டில் பிரபு அண்ட் கோ உட்கார்ந்திருந்தது.

''டேய்... திருஞானசம்பந்தர் வந்தாச்சு...''

''கையில 'சைங்சக்' தாளம் காணோமேடா...''

''அவனுக்கு வேணான்டா. கையால் போட்டுத் தலையால ஆட்டுவாரு''

இரைந்து சிரித்து எக்களித்த கும்பலைக் கடக்க முயன்ற போது இன்று அவர்களில் ஒருவனான சுரேஷ் தடுத்தான்.

''ஸ்ரீதரா இங்கே வா...''

அமைதியாக அவர்களை ஏறெடுத்துப் பார்த்தவன்,

''என்னடா...'' என்றான்.

''ஆயிரத்து தொள்ளாயிரத்து எழுபத்தியொண்ணாவது வருஷத்துல இப்படியொரு பிரகிருதியா? ஏன்டா நீ இப்படி இருக்கே? உன்னால இந்தக் காலேஜுக்கே அவமானம்.''

''வழக்கம் போல உங்க பாட்டுதானே...?



# யௌவன கர்வம்



மஞ்சுளா ரமேஷ்

விடுங்கடா... நான் போறேன்.''

''அப்படி விட்ருவோமா...'' கணபதி கத்தினான். ''டேய்பிரபு... இவனை இப்படியே விடக் கூடாது. இன்னிக்கு ரெண்டுல ஒண்ணு பார்த்துடறது... லஞ்ச் அவர்ல ஸ்ரீதரனை நாம் மாத்தறோம்...''

கூட்டம் ஆர்ப்பரித்து ஆமோதித்தது. ''இன்னிக்கு லஞ்ச் அவர்ல நீ கேண்டீனுக்கு வர்றே... அங்கே எங்களோட பேச்சைக்



கேக்கறே...''

''உங்களுக்கு ஏண்டா சிரமம்? நானும் மாறப் போறதில்லே. நீங்களும் மாறப் போறதில்லே. அவங்கவங்க வழியில அவங்கவங்க போவோமே...?''

''ம்... விட்ருவோமா...?''

''சரி பார்க்கலாம்...'' கல்லூரி மணிக் கூண்டைப் பார்த்தவன் சண்முகநாதன் அறையை நோக்கி ஓட்டமும் நடையுமாக விரைந்தான்.

அவர் வகுப்பிற்குப் புறப்பட்டுக் கொண்டிருந்தார். ஸ்ரீதரன் உள்ளே நுழையவும் மணியடிக்கவும் சரியாக இருந்தது. இவனைப் பார்க்கவும் பேராசிரியர் புன்னகை புரிந்தார்.

''வாப்பா ஸ்ரீதர்... இந்த வருஷம் உனக்கு மெரிட் ஸ்காலர்ஷிப் பணம் வந்திருக்கு... அந்தச் சந்தோஷமான நியூஸ் சொல்லத்தான் கூப்பிட்டேன். இன்னும் ஊக்கமா படிப்பா. நம்ப துறைக்கே உன்னால பெருமை வரணும். நீ எம்.ஏ. முடிச்சவுடனே உனக்கு தீஸிஸ் தலைப்பு கூட யோசிச்சு வச்சிருக்கேன்...'' என்றார்.

ஸ்ரீதரன் புன்னகை செய்தான். ''தேங்க்யூ ஸார்...''

''சரி, நீ க்ளாஸுக்குப் புறப்படு...'' அவரும் புத்தகங்களை டேபிளில் தட்டிச் சரிப்படுத்திக் கையில் எடுத்துக் கொண்டார்.

அடுத்து வந்த மூன்று மணி நேரமும் ஸ்ரீதரன் பாடத்தில் மூழ்கிவிட்டான். மதிய உணவு வேளை மணியடித்த போதுதான், பிரபு, சுரேஷ் ஞாபகம் வந்தது.

மாணவ, மாணவிகள் கலைந்து போகத் தொடங்கினர். ஸ்ரீதரனும் எழுந்து கையைக் கழுவிக் கொண்டு வந்தவன், கையோடு கொண்டு வந்திருந்த டிபன் பாக்ஸைப் பிரித்தான். அம்மா அன்போடு கலந்து வைத்த தயிர்சாதம். என்றைக்காவது ஒரு நாள் அதிசயமாக உப்புமா இருக்கும். அடிக்கடிக் கல்யாண பட்சணமோ, இல்லை திவச பட்சணமோ தனி பேப்பரில் எண்ணெய்க் கறை எட்டிப் பார்க்கக் கட்டிக் கொடுத்திருப்பாள். இன்றைக்குத் தயிர் சாதம் ஊறுகாயோடு சரி.

சாதத்தை மௌனமாகச் சாப்பிட்டபடியே சுற்றுமுற்றும் பார்த்தான். எங்கோ ஓரிருவர் அவனைப் போலப் படிப்பைத் தவிர வேறு சொத்து இல்லாதவர்கள் தயிர் சாதம் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருந்தார்கள். மற்றவர்கள் எல்லாம் கேண்டீனுக்குப் போயாகி விட்டது.

ஏழைகள் என்றாலே தட்டுசுற்று வேஷ்டி எனப் பட்டப் பெயரோடு அழைக்கும் பிரபு கம்பெனி, ஸ்ரீதரனை விசேஷமாகக் கவனிப்பார்கள். ஏனென்றால் ,அவன் வகுப்பிலேயே முதல் மாணவன். அவன் தேர்விற்கு எழுதும் பேப்பர்கள் வகுப்பில் படித்துக் காட்டப்படும். கேட்ட கேள்விக்கு எத்தனை நயமாகப் பதில் எழுதலாம் என்பதற்கு உதாரணமாக அவன் எழுதிய குறிப்புக்களை எடுத்துச் சொல்வார்கள். இதெல்லாம் பிரபுவிற்கு எரிச்சலாக வரும்.

இந்த எலுமிச்சங்காய் ஊறுகாய்ப் பயலுக்கு இத்தனை பெருமையா என எரியும். அடிக்கடி அவன் வழியில் குறுக்கிட்டுக் கொண்டுதான் இருந்தார்கள். அவனைக் கல்லூரியே புகழப் புகழ எப்படியாவது அவனை இறக்கிவிட வேண்டும் எனக் கறுவினார்கள்.

ஸ்ரீதரன் சாப்பிட்டு முடித்துவிட்டு எழுந்த போதே பிரபு, சுரேஷ், கணபதி உள்ளே நுழைந்தார்கள்.

''என்னப்பா, இதுக்குள்ளே சாப்ட்டுட்டியா?''

''ஆமாம்...'' அவர்களுடைய தன்மையான கேள்வி ஸ்ரீதரனுக்கு வியப்பை அளித்தது.

''அடடா... உன்னை இன்றைக்குக் கேண்டீனுக்கு அழைச்சுக்கிட்டுப் போகலாம்னு நினைச்சோம். சரி, சாயங்காலம் எங்காவது ஹோட்டலுக்குப் போவோம்.''

''ஏன், என்ன விசேஷம்...?''

''உனக்குத் தெரியாதா...? கணபதி

படிப்பு முடிச்சவுடனே இங்க்லேண்ட் போகப் போறான்... அதை செலிபரேட் பண்ணத்தான்...''

''அதுக்கென்ன இப்போ...? இன்னும் மூணு மாசம் இருக்கே...''

''என்னப்பா நீ...? அப்புறம் பரீட்சை கிட்டக்க வந்துடும்... படிக்கவே நேரம் சரியாப் போயிடும்...''

ஸ்ரீதரன் சிரித்தான். இவர்கள் ஏதோ மிக அக்கறையாகப் படிப்பவர்கள் போலல்லவா கவலைப்படுகிறார்கள்?

''சரிடா... சாயங்காலம் க்ளாஸ் முடிஞ்சவுடனே கிளம்பிடாதே... நாமெல்லாம் டிரைவ்-இன் போறோம்... தெரிஞ்சுதா?''

''இப்போ எதுக்குப் பிரபு?''

''நோ... நோ... வாயே திறக்காதே... நாம சாயங்காலம் நாலு மணிக்கு உட்லண்ட்ஸ் போறோம்...''

இது என்ன வம்பு என்று மௌனமானான். அவர்கள் குஷாலாகப் பேசிக்கொண்டே போய் விட்டார்கள். தன்னுடைய இடத்தில் வந்து உட்கார்ந்து கொண்ட ஸ்ரீதரனுக்குச் சங்கடமாக இருந்தது.

இவர்களுடன் டிரைவ்-இன்னுக்கா? இந்த உடையிலா? ஒவ்வொருத்தனும் பேண்ட்டும், ஷர்ட்டும், ஷூவும் மினுமினுக்க இருக்கும் போது தான் மட்டும் நாலு முழ வேஷ்டியுடன்... நினைக்கும் போதே கூசியது.

முதன் முதலாக அம்மாவின் மேல் கோபம் வந்தது. அம்மாவுக்குக் குழந்தைகள் படிக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறாளே தவிர, கொஞ்சத்துக்குக் கொஞ்சம் டீஸண்டாகக் கூடவா அனுப்ப முடியாது? ரொம்ப நாள் புழுக்கம் இப்போது மனத்தை உடைத்து அரித்தது.

'அவங்க என்ன செய்வாங்க பாவம்? எரியடுப்போட அவங்களும் எரிஞ்சுதானேடா உன்னை வளர்த்தாங்க' என்று மனச்சாட்சி இடித்தது.




அப்போ அந்த லெவல்லேயே பசங்களையும் நிறுத்தி இருக்கணும். எத்தனை நாளைக்கு இந்தக் கேலியும், கிண்டலும் கேட்பது? ஏன் சித்ராவுக்கே கூட நிறையப் பணம் வருமே? இதையும் கூட வேண்டாமென்று உதறிவிட்டாளே... தன்மானமா இப்போது வந்து முன்னால நிற்கிறது?'

ஸ்ரீதரனுக்குத் தலையை வலித்தது. என்னதான் எல்லா வகுப்புக்களிலும் முதலில் வந்தாலும், இரண்டே உடுத்தி உடுத்தித் துவைத்துக் கசங்கிய உடைகள் கொடுத்த தாழ்வு மனப்பான்மையால் ஒதுங்கி இருந்தவன், மனத்துக்குள்ளேயே சிறுமைப் பட்டான். ஒரு வருடம் முன்பு வரை அதைக் கிளறுபவர்கள் யாரும் இல்லை. படிப்பு முடிக்கும் இந்த வேளையில் பிரபு வந்து சேர்ந்தான். ஸ்ரீதரனின் பலவீனமான பகுதியைக் குத்தினான்.

வகுப்பு மணி அடித்து எல்லா மாணவர்களும் வர ஆரம்பித்து விட்டார்கள். இது நாள் வரை யாரையும் நிமிர்ந்து பார்க்காதவன் இப்போது ஓரக்கண்ணால் அனைவரையும் நோட்டம் விட்டான். ஒவ்வொருவர் பாக்கெட்டிலும் பத்து ரூபாய்த் தாளாவது இருந்தது. சீசன் டிக்கெட் தவிர, எதுவும் இல்லாத பாக்கெட் ஸ்ரீதரனுடையது மட்டுமே.

தாழ்வு மனப்பான்மையால் ஸ்ரீதரனின் உடலே கூசியது. தலைகுனிந்து கொண்டான். வகுப்பில் பேராசிரியர்கள் வந்தது, பாடம் நடத்தியது எதையுமே அவனால் கவனிக்க முடியவில்லை.

சாயங்காலம் வகுப்பு முடிந்தவுடன் பிரபு குழுவினர் அவனைச் சூழ்ந்து கொண்டார்கள்.

''வாப்பா... போகலாம்...''

''இன்னிக்கு வேண்டாம் பிரபு. ஒரே தலைவலியா இருக்கு... நாளைக்குப் போகலாம்...'' இதுநாள்வரை உறுதியாய் இருந்த குரல் இன்று தாழ்ந்ததைப் பார்த்து அவர்களுக்கு ஒரே குஷி.

''அட என்னப்பா...? தலைவலிக்கு நல்ல காப்பி குடிச்சேன்னா சரியாப் போயிடும்... வா, வா, எழுந்திரு...'' அவனைத் தூக்காத குறையாக எழுப்பி அழைத்துக் கொண்டு போய்த் தன்னுடைய 'பியட்'டில் திணித்தான்.

'ஹோ'வென்ற இரைச்சலுடன் புறப்பட்ட கார் இருபதாவது நிமிடம் டிரைவ்-இன்னில் நுழைந்தது. மரங்களடர்ந்த சூழ்நிலையில் உள்ளே அமைதியாக இருந்த அந்த ஹோட்டலுக்குள் ஸ்ரீதரன் அப்போதுதான் நுழைகிறான். தான் பார்ப்பதை அவர்கள் அசிங்கமாக எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாதே என்பதற்காகத் தயங்கித் தயங்கிச் சுற்றுமுற்றும் பார்த்தான்.

இதற்குள் காரிலிருந்து இறங்கிய மூவரில் ஒருவன் டிக்கியைத் திறந்து ஒரு பெட்ஷீட்டை எடுத்து மர நிழலில் விரித்தான். மற்றொருவன் ஓர் அகலமான பெட்டியை எடுத்துக்


கேட்டீங்களா?
கேட்டீங்களா?
ஏ.வி.டி. பிரீமியம் மக்கு
என்னென்ன பெருமைகள்னு!
● ஏற்றுமதித் தரமுடையது
● ஸ்ட்ராங்கான சுவையுடையது
● சிக்கனமானது
● தோட்டப் புதுமை உள்ளது.
இந்தியாவின் தலைசிறந்த
ஏற்றுமதியாளர்களான ஏ.வி.டி.
வழங்கும் மசாலாப் பொருட்கள்,
மிளகு, மஞ்சள், மிளகாய்,
ஏலக்காய், மல்லி.
● அதிக சுவை
● தூய்மை நிறைந்தவை
● சிக்கனமானவை
● குடும்பத்திற்கு
ஆரோக்கியம்
தருபவை
வாங்கிட்டீங்களா?
வாங்கிட்டீங்களா?
உயர்ந்த தரம்,
குறைந்த விலை!
EXPORT QUALITY
AVT
பிரீமியம் புரோடக்ட்ஸ்
தேயிலை
மஞ்சள் பொடி
மிளகாய்ப்பொடி
மல்லிப்பொடி
மிளகு
மசாலாப்பொடி
ஏலக்காய்

கொண்டு போய் வைத்தான். மற்றொருவன் டாஷ் போர்டிலிருந்து சிகரெட் பாக்ஸை எடுத்துக் கொண்டான். ஸ்ரீதரனையும் தள்ளிக் கொண்டு போய் உட்கார வைத்தார்கள்.

"ஹலோ 'பேரர்...'' பிரபு கூவினான். மற்ற கார்களுக்குச் சப்ளை செய்து கொண்டிருந்த ஒருவர் ஓடி வந்தார்.

"உருளைக் கிழங்கு போண்டா, கார சிப்ஸ்,'மசால் தோசை... சென்னா படூரா... எல்லாம் நாலு நாலு... ஜல்தி கொண்டா போ...'' சர்வர் விரைந்தார்.

சுரேஷ் பெட்டியைத் திறந்து பாட்டில்களை வெளியே எடுத்தான்.

"என்னப்பா இது...?'' ஸ்ரீதரன் தவித்தான்.

"ஷ... நீ மசால் தோசையை வெட்டு... நாங்க இதெல்லாம் சாப்பிடறோம்...''

கடகடவென்று சோடாவோடு தம்ளரில் கலந்தார்கள்..

ஆளுக்கு ஒரு தம்ளரை எடுத்துக் கொண்டார்கள். 'சியர்ஸ்' செய்தார்கள். மடமட வென்று உள்ளே இறக்கினார்கள்.

ஸ்ரீதரன் தலைகுனிந்தான். கைகாலெல்லாம் வியர்த்தது. 'இங்கே ஏன் வந்தோம்?' எனக் கண்களில் அழுகை முட்டியது.

"மாப்ளே... கவலைப்படாதே... உனக்கு தோசை சாம்பார் வருது மாப்ளே... அழுவாதே...'' என அவனைக் கட்டிக் கொண்டான் கணபதி.

பிரபு சிரித்தான். "டே... அவன் மடிடா... அவனைத் தொடாதே... அவன் இதையெல்லாம் இந்த ஜென்மத்திலே பார்த்திருக்க மாட்டான்.''

"நான் பார்க்க வேண்டாம்...'' சீறினான் ஸ்ரீதரன்.

"டேய், ஏண்டா கோவிச்சுக்கறே...? இருக்கிறதைச் சொன்னால் ஏன் பொத்துக்கிட்டு வருது...? நீயெல்லாம் ஒரு ஆளுன்னு வர்றே பாரு...''

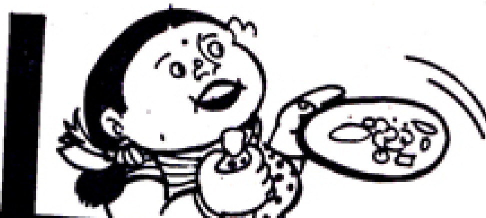
"சுரேஷ்...''

"பின்னே என்னடா...? உனக்கு வயசு இருபத்தி இரண்டு ஆவுது? ஆம்பளை இல்லை? இந்த வயசுல எல்லாத்தையும் கொஞ்சம் கொஞ்சம் ருசிக்கணும்டா... மூடி மூடி என்ன பிரயோஜனம்?''

'ஹோ'வென்று சிரித்தான். ஸ்ரீதரன் ஆவேசத்துடன் எழுந்தான். "இப்படி என்னை அவமானப்படுத்தத்தான் கூட்டிக்கிட்டு வந்தீங்களா...?'' என, பிரபு அவன் கையைப் பிடித்தான்.

"டேய் ராஜா... உன்னை அவமானப் படுத்த இல்லேடா... உனக்கும் கொஞ்சம் உலகம் தெரியணும்... பாரு... இப்போ நீ பாஸ் பண்ணிப் பெரிய கலெக்டர் ஆனேன்னு வச்சுக்க... அப்ப உனக்கு இந்த மாதிரி ஹைகிளாஸ் பழக்கமெல்லாம் தெரிய வேண்டாமா? அதுக்குத்தாண்டா... உக்காரு...''

"எனக்கு இதெல்லாம் வேண்டாம்...''



'ரஸ்க்'கைத் தூள் செய்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். உருளைக்கிழங்கு, சேனைக் கிழங்கு போன்ற ரோஸ்ட் கறி பண்ணும் போது, கடைசியில் ரஸ்க் தூளைக் கொஞ்சம் தூவி ஒரு புரட்டு புரட்டி எடுத்தால், கறி, ஏக ருசியாக இருக்கும்.

— தபஸ்யா.

அவன் குரல் தழைந்ததைப் பிரபு கண்டு பிடித்து விட்டான். "உன்னை யாரு இதையெல்லாம் சாப்பிடச் சொன்னது?''

சர்வர் வெள்ளை வெளேரென்ற தட்டுக்களில் கொண்டு வந்து பெட்ஷீட்டில் பரப்பினார்.

"இதைச் சாப்பிடடா... கோவிச்சுக்காதே...!''

பாபு, சுரேஷ், கணபதி கார சிப்ஸைக் கொறிக்க ஸ்ரீதரன் போண்டாவை எடுத்தான். ஸ்பூனையும், ஃபோர்க்கையும் அவனால் பயன்படுத்த முடியவில்லை. அவர்கள் பார்த்து விடுவார்களோ என மனம் தவித்தது. ஆனால் அவர்களே இரண்டு கைகளாலும் பிய்த்து அள்ளிச் சாப்பிடுவதைப் பார்த்து நிம்மதியானான். சுவையான தோசை உள்ளே இறங்கியது.

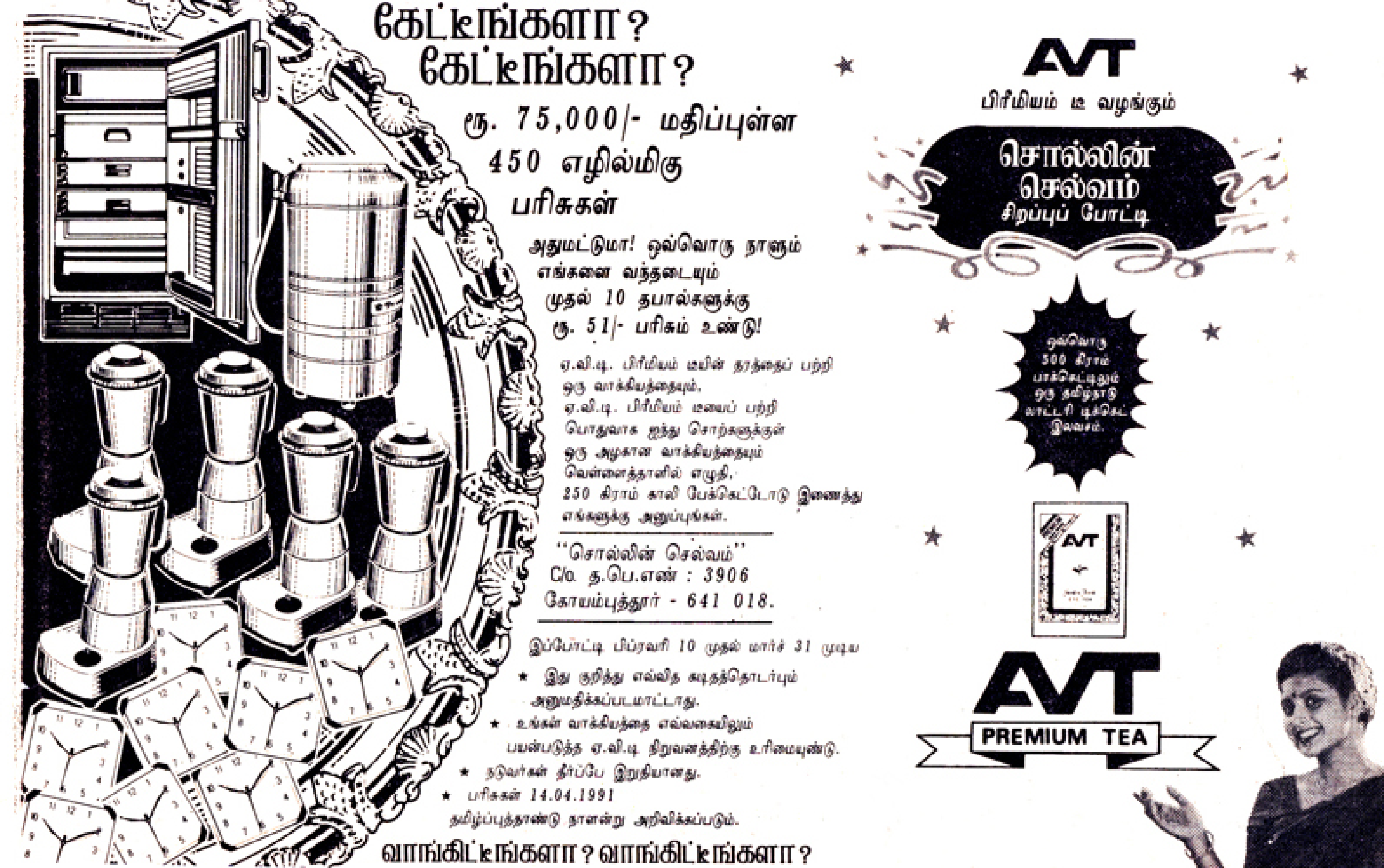
சாப்பிட்டு முடித்தவுடன் ஆளுக்கு ஒரு சிகரெட்டை எடுத்துக் கொண்டார்கள். பிரபு ஸ்ரீதரனின் கையைக் குலுக்கினான்.

"இதுக்கு முன்னாடி நாங்க ஏதாவது பேசியிருந்தோம்னா மன்னிச்சுக்கோ. இனிமே நாம பிரண்ட்ஸ்.'' மற்ற மூவரும் அவன் கையைக் குலுக்கினார்கள். ஸ்ரீதரனின் கையிலும் சிகரெட் மணமும் விஸ்கியின் மணமும் கலந்தது.

அவனுக்கு ஒரு கணம் பெருமையாக இருந்தது. நான் நிச்சயம் பெரிய மனிதன் ஆவேன். அப்போது எதற்காவது என் தயவு தேவைப்படும் என்று நினைக்கிறார்கள் போல இருக்கிறது என மகிழ்ந்தான்.

"ஸாரி பிரெண்ட்ஸ். நானும் உங்களை எவ்வளவோ திட்டி இருக்கேன்... அதையெல்லாம் மறந்திடுங்க...''

"ஓ... இதை நாம நிச்சயமாக் கொண்டாடணும்...'' கணபதி மீண்டும் தம்ளர்களை நிரப்பினான். ஸ்ரீதரன் அவர்களைத் தயக்கத்துடன் பார்த்துக் கொண்டிருந்தான். சிறிது நேரம் கழித்து 'சியர்ஸ்' என நான்கு தம்ளர்கள் முட்டிக் கொண்ட போது ஒரு தம்ளர் மட்டும் நடுங்கியது.


கேட்டீங்களா?
கேட்டீங்களா?
ரூ. 75,000/- மதிப்புள்ள
450 எழில்மிகு
பரிசுகள்
அதுமட்டுமா! ஒவ்வொரு நாளும்
எங்களை வந்தடையும்
முதல் 10 தபால்களுக்கு
ரூ. 51/- பரிசும் உண்டு!
ஏ.வி.டி. பிரீமியம் டீயின் தரத்தைப் பற்றி
ஒரு வாக்கியத்தையும்,
ஏ.வி.டி. பிரீமியம் டீயைப் பற்றி
பொதுவாக ஐந்து சொற்களுக்குள்
ஒரு அழகான வாக்கியத்தையும்
வெள்ளைத்தாளில் எழுதி,
250 கிராம் காலி பேக்கெட்டோடு இணைத்து
எங்களுக்கு அனுப்புங்கள்.
''சொல்லின் செல்வம்''
C/o. த.பெ.எண் : 3906
கோயம்புத்தூர் - 641 018.
இப்போட்டி பிப்ரவரி 10 முதல் மார்ச் 31 முடிய
★ இது குறித்து எவ்வித கடிதத்தொடர்பும் அனுமதிக்கப்படமாட்டாது.
★ உங்கள் வாக்கியத்தை எவ்வகையிலும் பயன்படுத்த ஏ.வி.டி நிறுவனத்திற்கு உரிமையுண்டு.
★ நடுவர்கள் தீர்ப்பே இறுதியானது.
★ பரிசுகள் 14.04.1991 தமிழ்ப்புத்தாண்டு நாளன்று அறிவிக்கப்படும்.
வாங்கிட்டீங்களா? வாங்கிட்டீங்களா?
AVT
பிரீமியம் டீ வழங்கும்
சொல்லின் செல்வம்
சிறப்புப் போட்டி
ஒவ்வொரு 500 கிராம் பாக்கெட்டிலும் ஒரு தமிழ்நாடு லாட்டரி டிக்கெட் இலவசம்.
AVT
PREMIUM TEA

# ஆட்கள் தேவை

**Wanted PGT in Maths & Science to work as a Headmistress in our branch Schools, should have experience minimum 10 years as a teacher & administration capacity.**

கீழ்க்கண்ட வேலைகளுக்கு விண்ணப்பிக்கின்றவர்கள் விண்ணப்பத்தில் தவறாமல் கீழ்க்கண்டனவற்றை விரிவாக எழுதி அனுப்பவும்.

1. பெயர், 2. சரியான விலாசம், 3. வயது, 4. படிப்பு விவரம், 5. குடும்பச் சூழ்நிலை, 6. மணம் ஆனவரா, இல்லையா, 7. எத்தனைக் குழந்தைகள், 8. முன் அனுபவம் ஏதேனும் உள்ளதா போன்ற விவரங்களை தெரியப்படுத்தவும்.

கீழ்க்கண்ட விளம்பரங்கள் அனைத்திற்கும் சாப்பாடு மற்றும் தங்குமிடம் இலவசம்.

1. ரெஸிடென்ஷியல் கிளார்க் - ஹாஸ்டலிலேயே தங்கி ஆபீஸ் வேலைகளை கவனிக்க அனுபவமுள்ள, ஆங்கில மீடியம் படித்த பட்டதாரி தேவை. தமிழ், ஆங்கில தட்டெழுத்து தெரிந்திருத்தல் வேண்டும். சம்பளம் ரூ. 500/-, வயது வரம்பு 30 - லிருந்து 40 -க்குள் இருத்தல்வேண்டும்.

2. ஹாஸ்டல் கணக்கு வழக்குகளை கவனிக்க நல்ல அனுபவமுள்ள கணக்கு எழுத்தர் வேலைக்கு ஆங்கில மீடியம் படித்த பட்டதாரி தேவை. சம்பளம் ரூ. 500/-.

3. ஹாஸ்டலிலேயே தங்கி ஹாஸ்டல் குழந்தைகளை பராமரிக்க, ஹாஸ்டலைச் சுத்தமாக வைத்துக்கொள்ள பெண்கள் தேவை. சம்பளம் ரூ. 200/-.

4. வீட்டு வேலைகள் நன்றாக செய்யத் தெரிந்த 15 வயதுக் குட்பட்ட சிறுமி தேவை. சம்பளம் ரூ. 200/-.

5. சைவ, அசைவ சமையல்கள் சுவையாக சமைக்கத் தெரிந்த பெண்கள் தேவை, மாத சம்பளம் ரூ. 300/-.

மேற்கூறிய அனைத்து விளம்பரங்களுக்கும் விண்ணப்பிக்க வேண்டிய முகவரி:

தாளாளர்,
ஷ்ரைன் வேளாங்கண்ணி மேல்நிலைப் பள்ளி,
5. தண்டபாணி தெரு,
தி. நகர், சென்னை - 600 017.

''சித்ரா... அண்ணா இன்னும்காணோ மேம்மா... மணி என்ன இருக்கும்...?'' அலுத்து வந்த சாந்தா வந்தவுடனே படுத்துத் தூங்கி விட்டாள். ஒன்பது மணிக்கு விழிப்பு வந்த போது கேட்டாள். சித்ரா தயங்கி னாள்.

''வந்துடுவான்மா... இப்போதெல்லாம் ரொம்பப் படிக்கிறான் போல இருக்கு... ஒன்பது பத்துன்னுதான் வர்றான்...''

''காலையில அவனுது பேண்ட் தெச்சு வந்துதே.... சரியா இருந்ததா. எனக்குத்தான் அவன் போட்டுண்டு பார்க்க முடி யலை. நாழியாச்சுன்னு ஓடிட்டேன்...''

''நல்லா இருந்ததும்மா... ரொம்ப அழகா இருந்தான் அந்த டிரெஸ்ஸுல...''

''எனக்கு இன்னிக்கு என்னமோ ரொம்பத் தலையைச் சுத்தறதுடி. அண்ணா வந்தா சாதம் போடு... என்னை எழுப்பு... நான் பாத்தப்புறமா பேண்ட்டை மாத்தச் சொல்லு...'' திரும்பிப் படுத்தவள் தூங்கி விட்டாள்.

சித்ரா எதிரே இருந்த புத்தகத்தில் மனம் பதியாமல் தவித்தாள். ஸ்ரீதரன் இந்த இரண்டு மாதங்களாக அடியோடு மாறி விட்டதை அம்மாவிடம் எப்படிச் சொல்ல? சிடுசிடுவென்ற முகம், கோபமான பேச்சு... எதைக் கேட்டாலும் எரிந்து விழுகிறான்... வீட்டில் நிலை கொள்ளாமல் தவிக்கி றான்...

போன வாரம் அப்படித்தான் அவனுக்கு ரெண்டு பேண்ட், சட்டை வேண்டும் என் றான். அம்மா மணி மாமாவிடமிருந்துதான் கடன் வாங்கிக் கொடுத்தாள்.

''பாவம் குழந்தை... அவனை இத்தனை நான் கவனிக்காதது என் தப்புதான். எம்.ஏ. படிக்கிறவன் கொஞ்சம் ஒழுங்காப் பார்த்திண்டிருக்க வேண்டாமோ? அந்த சாதுக் குழந்தை தானே வாயை விட்டுக் கேக்கறா மாதிரி வச்சுண்டுட்டேன்...''

சித்ரா மௌனமானாள். இன்றைக்குக் காலையில்தான் உடைகள் தைத்து வந்தது. ஒன்பது மணிக்கெல்லாம், இந்த ரெண்டு மாதமாக வரும் பியட் கார் வந்தது. அவசரம் அவசரமாக பேண்ட், ஷர்ட் போட்டுக் கொண்டவன் கிளம்பி விட்டான்.

சமையலுள்ளில் அவனுக்குத் தட்டு வைத்துக் கொண்டிருந்த சித்ரா ஓடி வந் தாள்.

''அண்ணா ஒரு வாய் சாப்டுட்டு...''

''வேணாம் வேணாம் நேரமாச்சு'' செருப்புக்குள் காலை நுழைத்துக் கொண் டவன் பறந்து விட்டான்.

இரவுத் துணைக்குக் கூட இப்போ தெல்லாம் ஸ்ரீதரன் இருப்பதில்லை. சில சமயம் அம்மாவும் கல்யாண வேலைகளுக் குப் போய்விட சித்ரா தனியாகப் பொழு தைக் கழித்தாள். இரவு ஒரு மணிக்குக் கதவைத் தட்டும் ஸ்ரீதரனுக்காகக் கதவைத் திறந்தாள். வாயில் மென்று கொண் டிருக்கும் பாக்கையும் மீறி சிகரெட் நெடி அடிக்கும்.

அம்மா இதையெல்லாம் எப்படித் தாங்கிக் கொள்ளப் போகிறாள்? இன்னும் அவள் வரை விஷயம் போகவில்லை. அண்ணாவின் வயது இப்படிப் படுத்து கிறதா? இவன் சாதாரண காலேஜில் படிக்கப் போயிருந்தால் இந்தப் பிரச்னை வந்திருக்காதோ? பெரும்பாலும் பணக் காரர்களும், மிகச் சிறப்பான மதிப்பெண் பெறுபவர்களும் மட்டுமே படிக்கும் கல்லூரி. அதிலே இப்படி விபரீதங்கள் நிகழுமோ?

எது எப்படியோ...? இன்றைக்கும் ஸ்ரீதரன் இப்படி வந்தால் என்ன செய்ய? அம்மா பார்த்து விட்டால் என்ன நடக்கும்? சித்ரா தவியாய்த் தவித்தாள். கல்லூரி யில் இருந்து அவனுக்காக வந்திருந்த இண்டர்வியூ கார்டு அனாதையாய்க் கிடந் தது. கல்லூரி பீஸ் கட்ட இன்னும் மூன்று நாட்களே இருக்கின்றன. அம்மா என்ன செய்யப் போகிறாள்?

தன்னிடம் முன்பு ரகசியமாய் அண்ணா சொன்னான்; 'எனக்கு ஸ்காலர்ஷிப் பணம் வரும்., அதை பீஸ் கட்டத் தர்றேன். அம்மாகிட்டச் சொல்லாதே. ரகசியமா இருக்கட்டும்,'' எனச் சிரித்தான். அந்த வார்த்தையெல்லாம் பறந்து விட்டது.

'வறுமை என்னை இறுக வைக்கிறது. அண்ணாவைத் தளர வைக்கிறதா?' என யோசித்தாள்.

வாசற்கதவு தட்டும் சப்தம் கேட்டது.

(தொடரும்)



எங்கள் வீட்டிற்குத் திடீரென விருந்தி னரின் வருகை. ரசம் வைக்கத் துளியும் புளி இல்லை. சரி, ஒரு மாற்றமாக இருக் கட்டும் என்று பருப்பு நீரில் மிளகு, சீரகம், பூண்டு, தக்காளி இத்யாதியைப் போட்டுத் தாளித்துக் கொதிக்க வைத்து, இறக்கும் போது சாத்துக்குடி ஜூஸ் பிழிந்து விட்டேன். எலுமிச்சைப் பழ ரசத்தைவிட ருசி கொஞ்சம் அதிகமா கவே இருந்தது.

— ப. மாலா.

இளநீர் மனித இனத்திற்கு இயற்கையின் விலை மதிப்பற்ற வரப்பிரசாரம். தாகத்தைத் தணிப்பது மட்டுமில்லாமல், மனிதனின் பல வகையான வியாதிகளையும் குணப்படுத்தவல்லது இளநீர். இளநீரின் பலவிதமான குணங்கள், ஆயுர்வேத மருத்துவ முறையில் விளக்கப்பட்டுள்ளது. இளநீரைப் போல், வேறு எந்த இயற்கை பானமும், இத்தனை குணாதிசயங்களைக் கொண்டது இல்லை. இளநீர் மிக எளிதில் ஜீரணமாகிறது. ஜீரண உறுப்புக்களைத் துரிதப்படுத்தி, ஆகாரம் ஜீரணப்பதை சுலபமாக்குகிறது. மூத்திரக் கோசத்தைச் சுத்தப் படுத்துகிறது. தாகத்தைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. பித்த, வாத சம்பந்தமான நோய்களைக் கட்டுப்படுத்துகிறது.

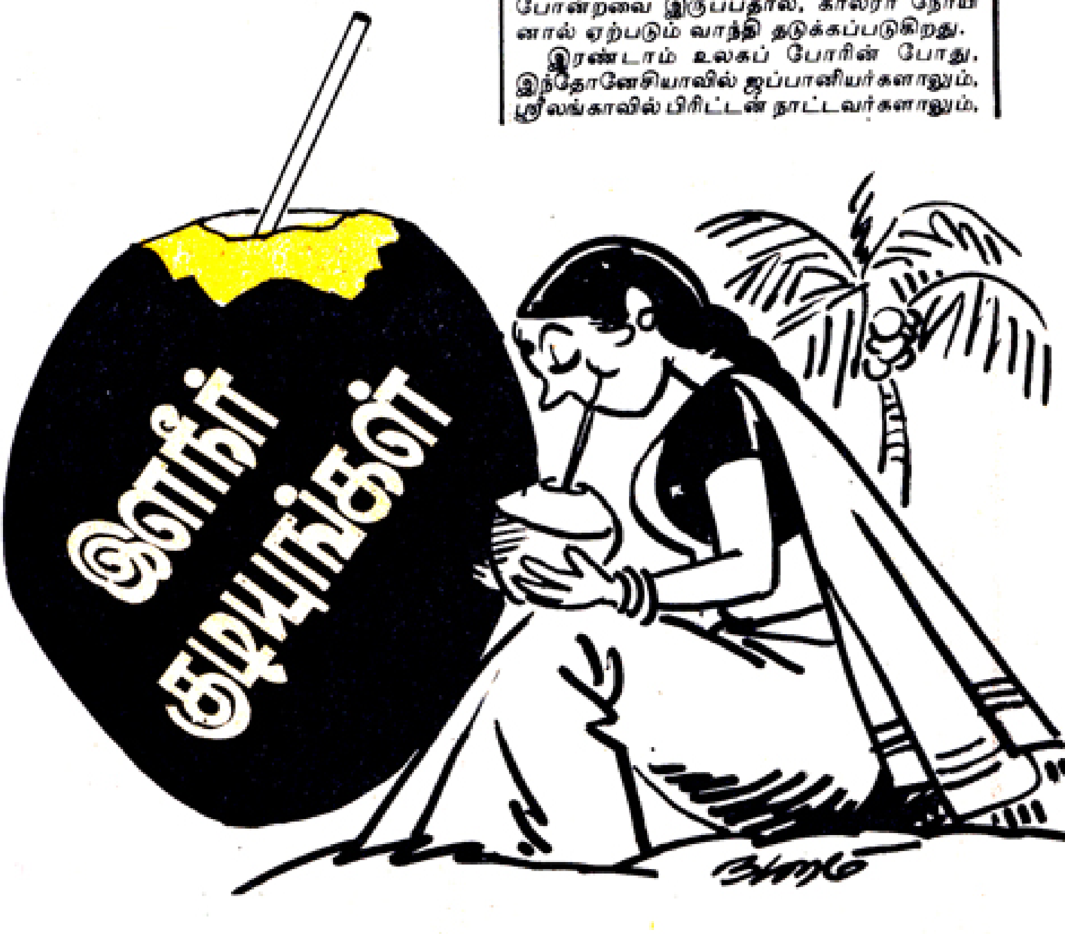
அண்மையில், விஞ்ஞானிகளும், மருத்துவர்களும், இளநீரின் மருத்துவக் குணங்களை தமது ஆராய்ச்சிகள் மூலம் நிச்சயப் படுத்தியுள்ளார்கள். டெட்ராஸைசின் என்று பொதுவாக அழைக்கப்படும் ஆக்சிடெட்ராசைக்ளின் எனும் ஆண்ட்டி பயாட்டிக் மருந்தை, இளநீரிலிருந்து மிக எளிதாக உற்பத்தி செய்ய முடியும் என்று பிலிப்பைன் தேச விஞ்ஞானிகள் கண்டுபிடித்துள்ளார்கள்.

இளநீரில் முக்கியமாக, பெருவாரியாகக் காணப்படுவது சர்க்கரைச் சத்துக்கள். ஏழு மாதங்கள் தாண்டிய தேங்காயில் உள்ள இளநீரில் ஐந்து சதவீதம் சர்க்கரைச் சத்து இருப்பதாகக் கணக்கிடப்பட்டுள்ளது. மேலும், இளநீரில், புரோட்டின், கொழுப்புச்சத்து, சோடியம், பொட்டாசியம், கால்சியம், மக்னீஷியம், இரும்பு, தாமிரம், பாஸ்பரஸ், கந்தகம், குளோரின் போன்றவையும், 'பி' 'சி' வகுப்பினைச் சேர்ந்த வைட்டமின்களும் உள்ளன. இளநீருக்கு உரித்தான இனிப்பு, இளநீரிலுள்ள சர்க்கரைச்சத்தாலும் தாதுக்களாலும் ஏற்படுகிறது.

உடலில் நீர் வற்றிய நிலை (Dehydration) ஏற்படும்போது, உடனடியாக, இந்நிலையைச் சரிப்படுத்தவல்லது இளநீர். இருதயத் தசைகளை வலுப்படுத்துகிறது. இருதயத் துடிப்பைச் சீராக்குகிறது. நீர் வற்றிய நிலை ஏற்படும் போது, உடல் சில்லிட்டுப் போகாமல் உஷ்ணநிலையைச் சீராக்குகிறது. ஜீரண உறுப்புக்களின் கோளாறுகளால் உடல் அதிக நீரை இழக்கும் நிலையில், சலைன் நீருக்குப் பதிலாக இளநீரை, நேரடியான உடலில் செலுத்தி நன்மையைப் பெறலாம் என்று அறியப்பட்டுள்ளது.

ஸ்ரீலங்கா, இந்தோனேசியா, இந்தியா, பங்களாதேஷ் போன்ற நாடுகளில், காலராவினால் பாதிக்கப்பட்ட நபர்களுக்கு, இளநீரை ஊசி மூலம் செலுத்தி நோயைக் குணப்படுத்தியதாக அறியப்பட்டுள்ளது. இளநீரில் சலைன், ஆல்ப்யூமின்கள் போன்றவை இருப்பதால், காலரா நோயினால் ஏற்படும் வாந்தி தடுக்கப்படுகிறது.

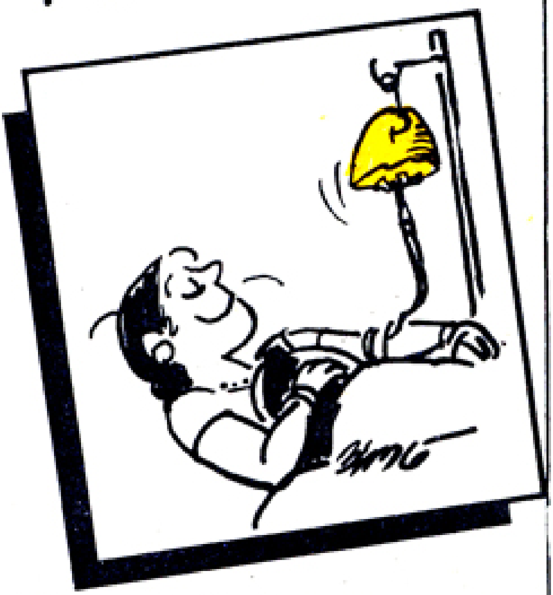
இரண்டாம் உலகப் போரின் போது, இந்தோனேசியாவில் ஜப்பானியர்களாலும், ஸ்ரீலங்காவில் பிரிட்டன் நாட்டவர்களாலும்,



இளநீர், ஊசிமூலமாக உடம்பில் செலுத்தப்பட்டு, போர் வீரர்களுக்குச் சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டதாக அறிக்கைகள் உள்ளன. பிறந்து ஒருநாள் மட்டுமே ஆன குழந்தைக்கு ஊசி மூலம் இளநீர் செலுத்தப்பட்டு சிகிச்சை அளிக்கப் பட்டது என்பதையும் இதனால் மரணம் சம்பவிக்கவில்லை என்பதையும் மருத்துவ அறிக்கைகள் குறிப்பிடுகின்றன. ஒன்பது மாதங்கள் ஆன இளநீரை, ஆரோக்கியமான நபரின் உடலில் பயமின்றி, நேரிடையாக ஊசிமூலமாகச் செலுத்தலாம் என்று பிலிப்பைன் தேசத்து அறிக்கை ஒன்று கூறுகிறது. ஆனால் பலஹீனமான மூத்திரப் பிண்டத்தையுடைய நபரின் உடல், இளநீரிலுள்ள அதிக பொட்டாசியம் சத்தினால்:, ஏற்றுக் கொள்ளாது என்று மருத்துவ அறிக்கைகள் கூறுகின்றன.



இழந்த ஆரோக்கியத்தை மீண்டும் பெறுவதற்கு இளநீர் மிக முக்கியமான ஒன்று. தேங்காயை எளிதில் ஜீரணிக்க முடியாத நபருக்கு இளநீர் ஒரு நல்ல பானமாகும். நிக்கோபார் தீவில் இருக்கும் பழங்குடியினர், நோயுற்ற போதும், நோயிலிருந்து குணமாகிக் கொண்டு வரும் போதும், அதிகமான இளநீரைக் குடிக்கின்றனர். மது, புகையிலை ஆகியவைகளால் ஏற்படும் தீமைகளைச் சரிப்படுத்த இளநீர் மிகச் சிறந்தது.



வட்டப் புழுக்களால் குழந்தைக்கு வாந்தி ஏற்படும் போது, இளநீர் வாந்தியைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. ஒரு மேஜைக் கரண்டி தேனை இளநீரோடு கலந்து குடிப்பது மகவும் சிறந்ததாகும். மூலநோய், பிராங்கைட்டீஸ், மலச்சிக்கல் போன்றவைகளுக்கு இளநீர் மிகச் சிறந்த மருந்தாகும்.

டைபாய்டு, பலவிதமான அம்மைநோய், பேதி, தொண்டை அடைப்பு நோய் (டிப்தீரியா), நியுமோனியா, மூத்திரக் கோளாறு போன்ற நோய்களால் பீடிக்கப்படும் போது, இளநீரைப் பயமின்றி கொடுக்கலாம் என்றும், பெரிய இரணசிகிச்சைக்குப் பிறகு, இளநீர் குடித்துவந்தால், இரணம் சீக்கிரமாக ஆறிவிடும் என்றும் கருதப்படுகிறது.

ஜீரண உறுப்புக் கோளாறுகளால் அவதிப்படும் குழந்தைகளுக்கு இளநீர் ஒரு சிறந்த ஆகாரம். நீரிழிவு நோயாளிகளுக்கு சிறந்த பானம். நீரிழிவு நோய் பீடிக்கப்பட்டவர்களுக்கு மிக அதிகமாகத் தாகம் ஏற்படும். இவர்கள் தினந்தோறும் மூன்று இளநீர் குடிப்பது அவர்களது தாகத்தை எளிதில் தீர்க்கும்.

மூத்திரப் பிண்டத்தில் உண்டாகும் கற்களை அகற்ற இளநீர் மிகச் சிறந்தது என்று மணிலா தேச ஆஸ்பத்திரியைச் சேர்ந்த டாக்டர் ஜூஃபேமியா மக்கலாக் கூறுகிறார். கடலிலிருந்து பெறப்படும் சங்குகளின் மேல் இருக்கும் ஒருவிதமான கெட்டியான பூச்சினை அகற்ற கொரியாதேசத்தில், இளநீர் உபயோகித்து, நீக்குகிறார்கள் என்றும் இதிலிருந்து, தமக்கு, மூத்திரப்பைக் கற்களை அகற்ற இளநீர் பயன்படுத்தி வெற்றி பெறலாம் என்ற எண்ணம் உண்டாயிற்று என்றும் இந்த டாக்டர் கூறுகிறார்.



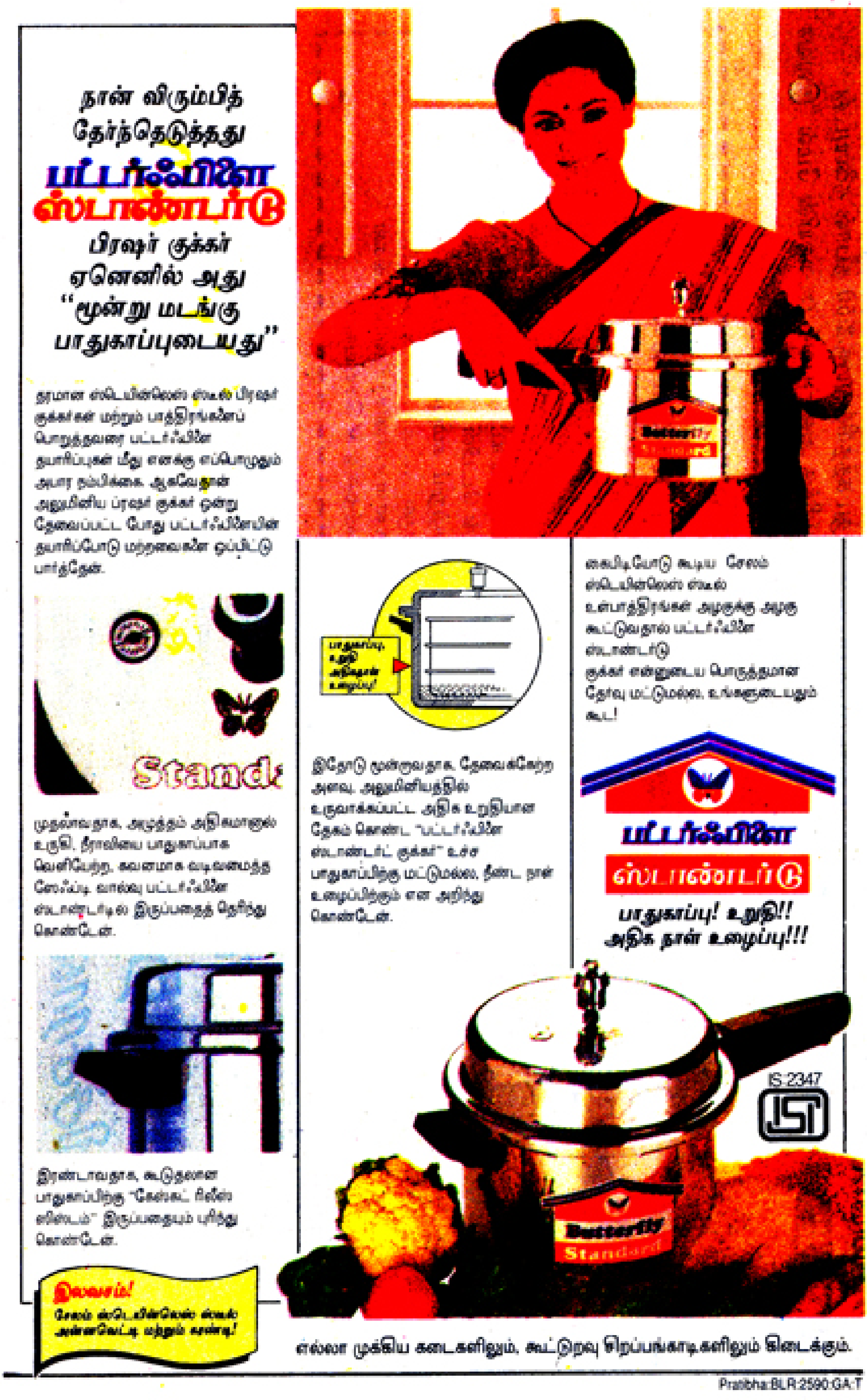
கதலி வாழைப்பழத்தை இளநீரில் ஊற வைத்துச் சாப்பிடுவது, மூத்திரத்தை எளிதாக வெளியேற்ற உதவும். குட்டையான தென்னை மரத்தில் காய்க்கும் ஆரஞ்சுநிற முள்ளை இளநீர் காயை அப்படியே நீரில் போட்டு, அது சிவப்பு நிறமாகும் வரை கொதிக்க வைத்து, பிறகு, இக்காயிலிருந்து இளநீரை எடுத்து, அதில் ஏலக்காய்ப் பொடி சேர்த்துக் குடித்தால், மூத்திரமும், மலமும் எளிதாக வெளியேறும்.

இளநீர் கண்களுக்குப் பிரகாசத்தை அளிக்கக் கூடியது. இளநீர்க் குழப்பு எனும் ஆயுர்வேத லோஷன், பல மூலிகைகளை இளநீரில் கொதிக்க வைத்துத் தயாரிக்கப்படுகிறது. உடலில் சேரும் நச்சுத் தன்மையை, மூத்திரத்தின் மூலமாக வெளியேற்ற இளநீர் உதவுகிறது. மீனினால் ஏற்படும் நச்சுத் தன்மை, கொதிக்கவைத்த இளநீரைக் குடிப்பதால் முறிகிறது. உடல் அளவுக்கதிகமாக உஷ்ணமாகி விட்டால், இளநீரில் சந்தனம் சேர்த்துக் (சந்தனக் கட்டையைக் கல்லில் இழைத்துத் தயாராக்க வேண்டும்) குடிப்பது உஷ்ணத்தைத் தணிக்கும்.

தினந்தோறும் முகத்தை இளநீரில் கழுவி வந்தால் பருக்கள், கரும்புள்ளிகள் நீங்கி மாசு மருவற்ற தோற்றத்தைப் பெறலாம். முகத்தில் ஏற்படும் சுருக்கங்கள், தோலில் ஏற்படும் வறட்சி போன்றவை நீங்கும். இளநீரைத் தடவினால், நாளடைவில், அம்மை நோயினால் ஏற்படும் தழும்புகள் மறையும். ஒரு கையளவு பச்சரிசியை, இளநீரில் (இளநீரைக் காயிலிருந்து வெளியேற்றாமல்) ஊறவைக்கவும். நன்றாக ஊறி புளித்த வாசனை வந்த பிறகு, தொடர்ந்து பூசி வந்தால், எக்சிமா, தோல்நிறமாற்றம், அரிப்பு, கைகள், குதிகால் ஆகியவைகளில் ஏற்படும் வெடிப்பு போன்றவை வியக்கத்தக்க விதத்தில் குணமாகும்.

சிலருக்கு மூத்திரம் அடிக்கடி, துளித் துளியாகப் போகும் படியாக இருக்கும். இவர்கள், இளநீரை ஆரஞ்சு ரசத்தோடு சேர்த்துக் குடித்தால் மூத்திரம் தாராளமாகப் போகும். வாழைத் தண்டிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட நீரை, இளநீரோடு சேர்த்துக் குடித்தால் ஹிஸ்டீரியா போன்ற நரம்பு சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும் என்று கூறுகிறார்கள்.

— ராஜி.


நான் விரும்பித்
தேர்ந்தெடுத்தது
பட்டர்ஃப்ளை
ஸ்டாண்டர்டு
பிரஷர் குக்கர்
ஏனெனில் அது
"மூன்று மடங்கு
பாதுகாப்புடையது"
தரமான ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் பிரஷர் குக்கர்கள் மற்றும் பாத்திரங்களைப் பொறுத்தவரை பட்டர்ஃப்ளை தயாரிப்புகள் மீது எனக்கு எப்பொழுதும் அபார நம்பிக்கை. ஆகவே நான் அலுமினிய பிரஷர் குக்கர் ஒன்று தேவைப்பட்ட போது பட்டர்ஃப்ளையின் தயாரிப்போடு மற்றவைகளை ஒப்பிட்டு பார்த்தேன்.
Stand
முதலாவதாக, அழுத்தம் அதிகமானால் உருகி, நீராவியை பாதுகாப்பாக வெளியேற்ற, கவனமாக வடிவமைத்த சேஃப்டி வால்வு பட்டர்ஃப்ளை ஸ்டாண்டர்டில் இருப்பதைத் தெரிந்து கொண்டேன்.
இரண்டாவதாக, கூடுதலான பாதுகாப்பிற்கு "கேஸ்கட் ரிலீஸ் சிஸ்டம்" இருப்பதையும் புரிந்து கொண்டேன்.
பாதுகாப்பு, உறுதி அதிகநாள் உழைப்பு!
இதோடு மூன்றாவதாக, தேவைக்கேற்ற அளவு அலுமினியத்தில் உருவாக்கப்பட்ட அதிக உறுதியான தேகம் கொண்ட "பட்டர்ஃப்ளை ஸ்டாண்டர்ட் குக்கர்" உச்ச பாதுகாப்பிற்கு மட்டுமல்ல, நீண்ட நாள் உழைப்பிற்கும் என அறிந்து கொண்டேன்.
கைபிடியோடு கூடிய சேலம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் உள்பாத்திரங்கள் அழகுக்கு அழகு கூட்டுவதால் பட்டர்ஃப்ளை ஸ்டாண்டர்டு குக்கர் என்னுடைய பொருத்தமான தேர்வு மட்டுமல்ல, உங்களுடையதும் கூட!
பட்டர்ஃப்ளை
ஸ்டாண்டர்டு
பாதுகாப்பு! உறுதி!!
அதிக நாள் உழைப்பு!!!
IS:2347
ISI
Butterfly
Standard
இலவசம்!
சேலம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் அன்னவெட்டி மற்றும் கரண்டி!
எல்லா முக்கிய கடைகளிலும், கூட்டுறவு சிறப்பங்காடிகளிலும் கிடைக்கும்.
Pratibha:BLR:2590:GA:T

அவசரம்! அவசரம்!

# பெண் குழந்தைகளைக் காக்க வேண்டும்!



பட உதவி: யுனிசெஃப்

'அஞ்சலி' — நம்மில் ஓர் சிறு சலனத்தை ஏற்படுத்திய படம். அஞ்சலி திரைக்கு மட்டுமே சொந்தமானவளா? நம்மைச் சுற்றிலும் பலர் இருக்கிறார்கள். வளர்ந்த நாடுகளில் பிறக்கும் குழந்தைகளில் 600க்கு ஒருவர் வீதம் மூளை வளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகள் பிறக்கின்றன. நமது இந்தியாவிலும் இதே நிலை. இம் மாதிரி மூளை வளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகளை மரபியலில் (GENETICS), 'டவுன்ஸ் சின்ட்ரோம்' குழந்தைகள் (DOWN'S SYNDROME BABIES) எனப் பிரிக்கிறார்கள். இது எப்படி எனக் கொஞ்சமே கொஞ்சம் அறிவியலைப் பார்த்து விட்டு விஷயத்துக்கு வருவோம்!

கட்டிடங்களைக் கட்டுவதற்கு செங்கற்களை உபயோகிக்கின்றோம். அதைப் போல் உலகில் உள்ள உயிரினங்கள் யாவும் செல் (cell) எனப்படும் மூலப் பொருளால் ஆனவை. ஒவ்வோர் உயிரினமும் தனக்கே உரித்தான குணங்களை எவ்வித மாறுபாடுமின்றி பல்லாயிரக்கணக்கான வருடங்களாக வெளிப்படுத்தி வருகின்றது. இதன் மூல காரணம் டி. என். ஏ. (டி. ஆக்சிரைபோ நியூக்ளிக் ஆசிட்) என்னும் ரசாயனப் பொருளாகும். சுருள் ஏணியைப் போன்று இருக்கும் இந்த ரசாயனப் பொருள் புரதச் சத்துடன் சேர்ந்து குரோமோசோம் என்னும் செல் உறுப்பாக மாறி ஒவ்வொரு செல்லின் உட்கருவிலும் (NUCLEUS) உள்ளது. ஒரே மாதிரியான உயிரினங்களில் இந்த குரோமோசோம்களின் எண்ணிக்கை ஒன்றாகவே இருக்கும். மனிதர்களைப் பொறுத்தவரை 46 குரோமோசோம்கள் 23 ஜோடிகளாக உள்ளன. இதில் 22 ஜோடிகள் மனித உடலின் பல்வேறு இயக்கங்களுக்குக் காரணமாகவும், ஒரு ஜோடி மட்டும் ஆண் பெண் மாறுபாட்டை நிச்சயிக்கும் தன்மை உடையதாகவும் உள்ளது.

இந்தக் குரோமோசோம்களின் தன்மை, எண்ணிக்கை அனைத்தும் உலகில் உள்ள எல்லா மனிதர்களிலும் ஒன்றாகவே இருக்கும். இதன் தன்மையிலோ அல்லது எண்ணிக்கையிலோ ஏதேனும் மாறுபாடு ஏற்பட்டால் அது மனிதர்களைப் பல வழிகளில் பாதிக்கும். பல புதிய மருத்துவத்தால் சரிசெய்ய முடியாத வியாதிகளை ஏற்படுத்தும். எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக இந்தக் குரோமோசோம்களில் ஏற்படும் எந்தவிதமான சிறு மாற்றமும் முதலில் பாதிப்பது மூளை வளர்ச்சியைத்தான். மேலே கூறிய 'டவுன்ஸ்சின்ட்ரோம்' என்னும் மரபு வழிக் கோளாறு ஒரு குரோமோசோம் அதிகமாக இருப்பதால் ஏற்படுகின்றது. இத்தகைய குரோமோசோம்களின் தன்மையும், எண்ணிக்கையும் மாறாமல் உயிரினங்களில் சந்ததிகளைச் சென்று அடைவது இயற்கையின் மாபெரும் அதிசயங்களில் ஒன்றாகக் கொள்ளலாம்.

தற்போது வேகமாக மாறி வரும் சுற்றுப்

புறச் சூழலின் தன்மைகள். இந்த மேற்கூறிய இயற்கையின் நியதிகளை காலப்போக்கில் மாற்றி விடும் அபாயகரமான நிலையினை எட்டி வருகின்றது. இதில் உணவு உற்பத்தியைப் பெருக்க நமது விவசாயிகள் அதிக அளவில் உபயோகிக்கும் பூச்சி மருந்து மிக முக்கியமான பங்கை வகிக்கின்றது.

## பூச்சி மருந்துகளைப் பற்றி...

தற்போது விவசாயத்தில் மிகவும் உபயோகிக்கப்படும் பூச்சி மருந்துகள் முதன் முதலில் 1936ம் ஆண்டுதான் கண்டு பிடிக்கப்பட்டு பின் விவசாய உபயோகத்துக்குக் கொண்டு வரப்பட்டன. முதலில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டவை "ஆர்கனோ குளோரின்" எனும் முதல் சந்ததி பூச்சிக் கொல்லிகள். இதில் டி.டி.டி. (D.D.T.) பி.எச்.சி. போன்ற வளர்ந்த நாடுகளில் 20 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே தடை செய்யப்பட்ட வளரும் நாடுகளில் இன்னும் உபயோகிக்கப்பட்டு வரும் பூச்சிக் கொல்லிகள் அடங்கும். இவை உபயோகிக்கப்பட்ட இடங்களிலேயே பல ஆண்டுகள் அழியாமல் தொடர்ந்து இருக்கும் தனித்தன்மை வாய்ந்தது. இதில் DDT இயற்கை உணவுச் சங்கிலியில் (FOOD CHAIN) ஓர் அங்கமாக மாறி தற்போது உலகிலுள்ள அனைத்து உயிரிகளின் உடலிலும் மிகுந்த அபாயகரமான நிலையில் பரவி உள்ளது. இதனால் இயற்கை உயிரினங்களில் பல ஒட்டுமொத்தமான அழிவை நோக்கிப் போய்க் கொண்டு இருக்கின்றது. மனிதனும் இதற்கு விதிவிலக்கல்ல.

இதற்குப் பின் வந்த இரண்டாவது சந்ததி பூச்சிக் கொல்லிகள் ஆர்கனோ பாஸ்பேட் என்பவை. இதில் பாரதியான், மாலதியான் போன்ற அதிக நச்சுத்தன்மை வாய்ந்த பூச்சிக் கொல்லிகள் அடங்கும். 1945 ஆம் ஆண்டு இவை புழக்கத்திற்கு வந்தன. இரண்டாவது உலகப் போரின் போது மேலைநாடுகளின் ராணுவ ஆராய்ச்சி சாலைகளில் மனிதர்களைக் கொல்லும் சக்தி வாய்ந்த ரசாயன ஆயுதங்கள் ஆராய்ச்சியின் போது தற்செயலாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டவை. தற்போது நம் கிராமப்புறங்களில் இளங் காதலர்களின் தற்கொலை முயற்சிக்குக் கைகொடுத்து உதவும் சமய சஞ்சீவினிகள். இவை இயற்கையில் சில வாரங்களே நிலைத்து நிற்கும் தன்மை வாய்ந்தது. ஆனால் இந்தப் பூச்சிக்கொல்லிகளில் பல குரோமோசோம்களின் எண்ணிக்கையையும் தன்மையையும் மாற்றவல்லவை.

இதையடுத்து, கார்பமேட்ஸ், சிந்தடிக், பைரித்ராய்ட்ஸ் போன்ற அடுத்த சந்ததிப் பூச்சிக் கொல்லிகளும் வழக்கிற்கு வந்து விட்டன.

இந்தியாவில் உபயோகிக்கும் பூச்சிக் கொல்லிகளின் அளவு 1960 ஆம் ஆண்டு 8000 டன் ஆக இருந்தது. 1990 ஆம் ஆண்டு 87,000 டன் அளவை எட்டியுள்ளது. இதில் 131 விதமான பூச்சிக் கொல்லிகள் அடங்கும். இதில் DDTயும், BHCயும் 50,000 டன் அளவாகும். இவை இரண்டும் 10 முதல் 20 ஆண்டுகள் வரை வயல் வெளிகளில் அப்படியே இருக்கும் தன்மை வாய்ந்தவை.

பல கோடிக்கணக்கான ரூபாய்கள் செலவு செய்து மனிதன் கொண்டு வரும் பல புதிய பூச்சி மருந்துகளை, வயல் வெளிகளில் இருக்கும் பூச்சிகள் மிகவும் சாதாரணமாக எடுத்துக் கொண்டது வியப்பிற்குரிய விஷயம். பயிரை அழிக்கும் எல்லா பூச்சிகளின் உடலிலும் பூச்சிக் கொல்லிகளை வலுவிழக்கச் செய்யும் எதிர்ப்புச் சக்தி (RESISTANCE) உள்ளது. இது நாளுக்கு நாள் அதிகரித்துக் கொண்டு வருகின்றது. தற்போது நடைமுறையில் உள்ள பல பூச்சிக் கொல்லிகள் உண்மையில் தங்களுடைய கொல்லும் தன்மையை இழந்து விட்டன. இந் நிலை பூச்சிகளுக்கு மட்டுமே பொருந்தும். பூச்சிகள் அல்லாத மற்ற உயிரிகள், மனிதன் உள்ளிட்டு அழியக் கூடிய அபாயம் இந்த பூச்சிக் கொல்லிகளினால் ஏற்பட்டு உள்ளது.

## உணவுச் சங்கிலியில் பூச்சிக் கொல்லிகள்:

நமது முற்போக்கு விவசாயிகள் பூச்சிகளை அழிப்பதாக நினைத்துக் கொண்டு வயல்வெளிகளில் கொட்டும் பூச்சிக் கொல்லிகளின் அளவு நாளுக்கு நாள் அதிகரித்துக் கொண்டு வருகின்றது. அவ்வாறு உபயோகிக்கும் பூச்சி மருந்துகள் வயல்களில் உற்பத்தியாகும் எல்லாப் பொருட்களிலும் ஊடுருவி, உணவுப் பொருட்கள் மூலம் நம்மில் வந்து சேருகின்றது. நாம் சாப்பிடும் அன்றாட உணவு வகைகள் எல்லாவற்றிலும் ஓர் அளவுக்கு பூச்சி மருந்துகள் கலந்துள்ளன. மாமிச உணவு வகைகளும் இதற்கு விதிவிலக்கல்ல.

ஒரு சாதாரண மனிதனின் அன்றாட வாழ்க்கைக்குத் தேவையான உணவு சராசரி 2,200 காலரி கொடுக்கவல்லதாக இருக்க வேண்டும். இது சரிவிகித உணவு (BALANCED DIET) என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இந்த சரிவிகித இந்திய உணவில் சுமார் ½ முதல் 1 மில்லி கிராம் அளவுக்கு பூச்சிமருந்துகளும் கலந்துள்ளது. இது ஓர் அமெரிக்கரோ அல்லது ஆங்கிலேயரோ உண்ணும் உணவில் இருப்பதைக் காட்டிலும் 40 முதல் 50 மடங்கு அதிக அளவாகும். இந்த அளவு "WHO"வினால் விதிக்கப்பட்டுள்ள அபாய அளவை ஒத்தது ஆகும். இதனால் நாம் மட்டுமல்லாமல் நமது வருங்கால சந்ததியினரும் சேர்ந்து பாதிக்கப்படுகின்றார்கள்.

குழந்தைகளின் உணவான தாய்ப்பாலும், அதற்கு இணையாக நவீன மாதர்களால் விரும்பி வாங்கப்படும் குழந்தை உணவுகளும் இந்த பூச்சி மருந்துகளின் கலவையைத் தன்னுள் ஓர் அங்கமாகக் கொண்டுள்ளன. இவை குழந்தைகள் பிறந்த அன்றிலிருந்தே அவர்களின் உடலில் நச்சைக் கலக்க ஆரம்பித்து விடுகின்றன. இந்த நச்சு ஒவ்வொருவரின் உடலிலும் கொழுப்புத் திசுக்களில் சேர்த்து வைக்கப்பட்டு பல பின்விளைவுகளை ஏற்படுத்தக் காரணமாக உள்ளது.

1984ல் டிசம்பர் முதல் வாரத்தில் நமது நாட்டில் போபால் நகரில் யூனியன் கார்பைடு நிறுவனத்தில் ஏற்பட்ட (MIC) விஷவாயு கசிவினால் சில ஆயிரம் பேர் மடிந்தனர். இதைத் தவிர சுமார் 10 லட்சம் பேர் அதனால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். அமெரிக்க ஆராய்ச்சியாளர் டாக்டர் ஃபனிக் என்பவரின் கூற்றுப்படி இந்த விஷ வாயுக் கசிவினால் மக்களிடையே மூளைப் பாதிப்பு அதிகமாகி உள்ளது. இது இளைஞர்களிடம் கற்பழிப்பு, திருட்டு, கோஷ்டிச் சண்டை போன்ற சமூகக் குற்றங்களை அதிகரித்து இருக்கின்றது. இந்த 'MIC' என்னும் ரசாயனப் பொருள் பூச்சிக் கொல்லி தயாரிக்க உதவும் ஓர் முக்கியமான பொருளாகும்.

ஓர் சமீபத்திய ஆய்வு, ஹரியானா கிராமப்புறங்களில் மரபியல் கோளாறுகளினால் இறக்கும் குழந்தைகளின் இறப்பு விகிதம் 5.4 சதவிகிதத்திலிருந்து 11.3 சதவிகிதமாக உயர்ந்துள்ளதாகக் கூறுகின்றது. இவ்வாறு அதிகரித்துள்ள மரபியல் கோளாறுகளுக்கு முக்கிய காரணம் பூச்சிக் கொல்லிகளே.

இந் நிலை இப்படியே நீடித்தால் இன்னும் 200 ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு நம் நாட்டில் பிறக்கும் குழந்தைகள் அனைவரும் மூளைப் பாதிப்பு, மற்றும் மரபியல் கோளாறு உள்ளவர்களாகவே பிறப்பார்கள். இத்தகைய நிலையை நீங்கள் உங்கள் சந்ததியினருக்கு விட்டுச் செல்லப் பிரியப்படுகின்றீர்களா என்பது நீங்கள் சிந்திக்க வேண்டிய மிக முக்கியமான விஷயமாகும்.

## பெண் குழந்தைகளின் பாதுகாப்பு:

உலகிலுள்ள உயிரினங்கள் யாவற்றுக்கும் முக்கிய குறிக்கோள் தனது சந்ததியினரை ஒரு நல்ல நிலையில் தொடர்ச்சியாக விட்டுச் செல்வதேயாகும். இதில் பெண் இனத்தின் பங்கே மிகவும் முக்கியமானது.

மனித குலத்தைப் பொறுத்தவரை பெண் குழந்தை பிறந்த அன்றே அதன் உடலில் அதன் ஆயுட் காலத்தில் உற்பத்தியாகும் அனைத்து முட்டைகளும் (சுமார் 400) தயார் நிலையில் வைக்கப்பட்டு இருக்கும். ஆனால் இவை பெண் பருவம் அடையும் வரை ஒருவிதமான உறக்க நிலையில்

குழந்தையின் கண்களில் நீர் கோத்துக் கொண்டாலோ, அல்லது சீழ் போன்று வெண்மையான நீர் வடிந்தாலோ, உடனே கண் நிபுணரிடம் காட்டவும். இதில் அசட்டையாக இருக்க வேண்டாம்.

— ராஜி.

இருக்கும். பெண் பருவம் அடைந்தது முதல் மாதம் ஓர் முட்டை வீதம் சுமார் 35 ஆண்டுகளுக்கு அவை வெளிப்படும். நம் உணவில் கலக்கும் பூச்சி மருந்துகள் பெண் குழந்தைகள் பிறந்தது முதல் இம் முட்டைகளில் இருக்கும் மரபுவழி மூலக் கூறான டி.என்.ஏ.வைத் தாக்கி அதில் பல மாறுபாடுகளை ஏற்படுத்தி பல மரபுவழி கோளாறுகளுடன் குழந்தைகள் பிறக்கக் காரணம் ஆகின்றது. இதனால் பெண்கள் 30 வயதுக்கு மேல் தாய்மைப் பேறு அடைந்தால் அவர்களுக்கு மரபு வழிக் கோளாறுகளுடன் பிறக்கும் குழந்தைகளைப் பெறும் வாய்ப்பு அதிகமாக உள்ளது. (எனவே கூடிய வரையில் 30 வயதுக்கு மேல் குழந்தை பெறுவதை தவிர்க்க வேண்டும்.)

மேற்கூறிய காரணங்களினால் பெண் குழந்தைகளைப் பேணிக்காப்பது நமது தாய்மார்களின் தலையாய கடமைகளில் ஒன்றாகின்றது. நமது நாட்டில் பல தாய்மார்கள் பெண் குழந்தைகளைக் காக்கும் பணியில் ஈடுபடாமல் அவர்களைப் பல வழிகளில் கொல்ல முனைந்திருப்பது மிகவும் வேதனைக்குரிய விஷயம். அவர்களது செயல் நமது பிற்கால சந்ததிகளையும் நாட்டையும் படுகுழியில் தள்ளும் முயற்சியின் முதல் படிவம்.

ஆண் குழந்தைகள் இவ்விதமான சுற்றுச் சூழல் பாதிப்புகளுக்கு அதிகமாக ஆளாவது இல்லை. ஏன் எனில் ஆண்களுக்கு விந்து அணுக்கள் பருவம் அடைந்தவுடன்தான் உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றது.

மனித இனம் அழிய மூன்றாவது உலகப் போரோ, அல்லது அணு ஆயுதச் சண்டையோ தேவையில்லை. நாம் நமது சுற்றுச் சூழல் பாதுகாப்பினை அதிகரிக்கத் தேவையான முயற்சிகளை இப்போது எடுக்காவிட்டால், இன்னும் 500 ஆண்டுகளில் மானுடம் முற்றிலும் அழிவதற்கான சாத்தியக்கூறுகள் அதிகமாக உள்ளது.

**நாம் எடுக்க வேண்டிய நிலை:**

முதலில் பெண் குழந்தைகளின் உணவு விஷயத்தில் தாய்மார்கள் மிகவும் கவனம் செலுத்த வேண்டும். காய்கறிகள், பழங்கள், பருப்பு வகைகளை மிகவும் நன்றாகத் தண்ணீர் விட்டுக் கழுவி பின் உபயோகிக்கவும். தோலுடன் சாப்பிடும் பழங்களை முக்கியமாக நீக்க வேண்டும். இதில் முக்கியமாக குறிப்பிடப்பட வேண்டியது திராட்சை. நம்மில் பலர் வாங்கியவுடன் வயிற்றுக்குள் பயணம் செய்யும் ஒரு பழம். ஆனால் ஒவ்வொரு திராட்சையும் உங்கள் உயிரை மிக மெதுவாகக் குடிக்கும் பூச்சிக் கொல்லிக் கலவையினை தன்னுள் மிக அதிகமாகக் கொண்டுள்ளது. கூடியவரை இதைப் போன்ற பழங்களைத் தவிர்த்துத் தோலை நீக்கி உண்ணும் பழங்களான ஆரஞ்சு, வாழை போன்றவற்றை உண்ணவும். முடிந்தவர்கள், தங்களுடைய தோட்டத்தில் பூச்சி மருந்து அல்லாதவற்றை பயிர் செய்து உண்பதைப் பழக்கமாகக் கொள்ளவும்.

> குழந்தை பிறந்தவுடன் உங்கள் பாலைக் கொடுங்கள். ஏனென்றால், தாய்ப்பாலில் குழந்தையின் கண் பார்வைக்கு வேண்டிய வைட்டமின் 'ஏ' அபரிமிதமாக இருக்கிறது.
>
> — ராஜி.

இரண்டாவதாக நம்மில் பலரிடம் உணவில் பூச்சிக் கொல்லிகளைப் பற்றிய நினைவே இல்லை. எனவே இதைப் படிப்பவர்கள் இதனைப் பற்றிய விழிப்புணர்ச்சியை நமது மக்களிடையே ஏற்படுத்துவதை ஓர் கடமையாகக் கொள்ள வேண்டும்.

மூன்றாவதாக பூச்சிக் கொல்லி உபயோகத்தைக் கட்டுப்படுத்த அரசு பல உடனடி நடவடிக்கைகளை எடுக்க வேண்டும். முதலில் வளர்ந்த நாடுகளில் பல ஆண்டுகளுக்கு முன்னமேயே தடை செய்யப்பட்ட பூச்சிக் கொல்லிகளை நம் நாட்டிலும் தடை செய்ய வேண்டும். பல தரக் கட்டுப்பாட்டு மையங்களை ஏற்படுத்தி அங்கு மக்களுக்காக விற்கப்படும் பொருட்களில் கலந்துள்ள பூச்சிக் கொல்லிகளின் அளவை அடிக்கடி கணித்து, அதிக அளவு பூச்சிக் கொல்லிகள் கலந்துள்ள உணவுப் பண்டங்கள் விற்பதைத் தடை செய்ய வேண்டும். இதில் நுகர்வோர் கழகங்கள் பெரும் பங்கு வகிக்க முன் வர வேண்டும்.

கடைசியாகத் தமிழ் அறிஞர்களுக்கு ஓர் வேண்டுகோள். விஞ்ஞான வளர்ச்சியால் ஏற்படும் நன்மை தீமைகளையும், சுற்றுச் சூழல் பாதுகாப்பின் அவசியத்தையும் பாமர மக்களிடம் எடுத்துச் சொல்வதை உங்கள் குறிக்கோளாகக் கொள்ள வேண்டும். புராண காலங்களின் காப்பிய நாயகர், நாயகிகளைப் பற்றிய அகழ்வாராய்ச்சிப் பட்டிமன்றங்களையும், எதிர் வீட்டு ஜன்னலையும், பக்கத்து வீட்டு வாசலையும் பற்றிய புதுக் கவிதைகளையும் குறைத்து, நமது எதிர்காலச் சந்ததியினரின் வளமான வாழ்வை உறுதி செய்யும் நோக்கங்களைக் கொண்ட பட்டிமன்றங்களையும், வழக்காடு மன்றங்களையும் நடத்தும் முயற்சியில் ஈடுபடட்டும், புதுக் கவிதைகளில் அறிவியல் மணம் வீசட்டும். தமிழின் தன்மையும், தரமும் உயரட்டும்.

**— வி. மஹாலிங்கம்.**

(MEMBER — ENVIRONMENTAL MUTAGEN SOCIETY OF INDIA)

# இந்த மாதம் எப்படி? மார்ச் '91



**மேஷ ராசி:**

அசுவினி, பரணி, கிருத்திகை — 1 ஆம் பாதம்.

மாதத்தின் முற்பகுதியில் மகிழ்ச்சிக்கும், வெற்றிக்குமான சூழ்நிலை தென்படுகிறது. திருமண விஷயங்கள், வீட்டு விவகாரங்கள். மற்றும் பொது ஜன செல்வாக்கு நிலை திருப்திகரமாக அமையும். அசுவினி, பரணி நட்சத்திரப் பெண்களுக்கு யோகம் உண்டு. திடீர்ப் பிரயாணம் ஏற்பட்டு அதனால் ஆதாயம் உண்டு. மற்றும் கலையுலகத் தாரகைகள் புது ஒப்பந்தத்தில் அனுகூலமடைவார்கள். மாதத்தின் பிற்பகுதி திருப்தியாக அமையவில்லை. உடலும், மனமும் சோர்வடையும்படியான சூழ்நிலை உருவாகும். அனாவசியச் செலவு, அவசியமற்ற வம்பு என ஏதேனும் ஒருவிதத்தில் குழப்பம் ஏற்படலாம். வெகுதூரப் பயணத்தைக் கைவிட வேண்டும். எதிர்பார்த்த இடத்திற்கு மாற்றம் ஏற்படாமல், விரும்பாத இடத்திற்குச் செல்லும்படியான நிலை ஏற்பட்டு ஏமாற்றம் அடைய வேண்டியிருக்கும்.

**ரிஷப ராசி:**

கிருத்திகை 2, 3, 4 — ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 — ஆம் பாதங்கள்.

உங்கள் ராசி நாதன் உச்சம் பெற்றிருப்பதால் உங்களின் திருமணத்திற்காகக் காத்திருப்பவர்களுக்கு திருமணம் கைகூடி வரும். மாதத்தின் முதல் நான்கு வாரங்களும் சுப பலனே அதிகம் ஏற்படும். தேர்வுக்குச் செல்லும் இந்த ராசிப் பெண்களுக்கு அவர்கள் எதிர்பார்த்த முறையில் வினாத்தாள் அமைந்து வெற்றியைத் தேடித் தரும். வேலைக்காக எதிர்பார்த்துக் காத்துக் கொண்டிருப்பவர்களுக்கு வேலை கிடைக்கும். ஒரு நெடுந்தூரப் பிரயாணத்திற்கு வாய்ப்பு உண்டு.

**மிதுன ராசி:**

மிருகசீரிஷம் 3, 4 — ஆம் பாதம், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 — ஆம் பாதங்கள்.

மாதத்தின் பிற்பகுதி மனமகிழ்ச்சியைத் தரத்தக்க வண்ணம் அமையும். சுப நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும். எதிர்பார்த்து ஏமாந்து கொண்டிருந்த சுப நிகழ்ச்சி ஒன்று கட்டாயம் நடக்கும். அது திருமணமாகவும் இருக்கலாம். அல்லது புத்திரோற்பத்தி, கிரகப்பிரவேசம் போன்றும் அமையலாம். நடிப்புத் துறையினருக்கு நல்ல வாய்ப்புக் கிடைக்கும். பரிசும் பட்டமும் பெற வேண்டிய தருணம் வந்துள்ளது. வீடு கட்டும் அல்லது வாங்கும் யோகம் 26ம் தேதிக்கு மேல் ஏற்படும். அஷ்டமத்தில் அரசாளுகின்ற சனீஸ்வரனால் அலைக்கழிப்பு இருக்காது. குரு பார்த்துக் கொள்வார். கவலையை விடுங்கள்.

**கடக ராசி:**

புனர்பூசம் 4 — ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

சாதாரண மாதம்தான். இராசியில் குரு உச்சமாக இருந்தாலும் கேது சம்மந்தமும், சனி ராகு பார்வையும் ஏற்படுவதால் எதையும் யோசித்தே செய்தல் வேண்டும். மாணவிகள் மிகவும் கவனமுடனும், எச்சரிக்கையுடனும் எழுத வேண்டிய சூழ்நிலை. கலைஞர்களுக்கும் சரியான நேரமில்லை. புது முயற்சிகளைத் தள்ளிப் போட வேண்டி வரும். நெடுந்தூரப் பிரயாணம் ஏற்படும். ஆனால் இலாபமிராது.

தசாபுக்திகள் குறிப்பாக குருதிசை, சனி திசை, சந்திர திசை நடப்பவர்களுக்கு மட்டுமே நன்மை கூடுதலாக ஏற்படும்.

### சிம்ம ராசி:

மகம், பூரம், உத்திரம் 1 — ஆம் பாதம்.

சனிஸ்வரனும், சுக்கிரனும் சுகத்தையும், சந்தோஷத்தையும் தரும் வண்ணம் சூழ்நிலை உருவாக்குவார்கள். திருமணம் எதிர் பார்த்தபடி வீட்டில் நிகழும். நேர்முக பேட்டியில் வெற்றி உண்டு. எழுத்துத் தேர்விலும், எதிர்பார்த்தபடி வெற்றி உண்டு. விளையாட்டுத் துறை, கலைத் துறை மற்றும் ஒப்பனைத் துறையினர் உயர்வைப் பெறுவார்கள். எதிர்பார்த்தபடி அரசு வேலை கிடைக்கும். பட்ட மேற்படிப்பு மாணவிகள் முதல் வகுப்பில் தேர்ச்சியடைவதற்கான ஆக்கப்பூர்வமான சூழ்நிலை உருவாகும். சற்று நல்ல மாதம் என்றே கூறலாம். கூட்டுத் தொழிலில் உள்ளவர்களுக்கு இதுவரை இருந்த சிக்கல்கள் தீரும். தொழில் வளர்ச்சி இலாபகரமாக இயங்கும்.

### கன்னி ராசி:

உத்திரம் 2, 3, 4 — ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 — ஆம் பாதங்கள்.

இராசிநாதனால் மாதத்தில் முதலிரண்டு வாரங்களில் நன்மை உண்டு. ஆனால் சுக்கிரன் சற்று சஞ்சலத்தைத் தருவார். அது கணவர் மனைவிக்குள்ளும் ஏற்படலாம். அல்லது வீடு மனை வாங்கும் விஷயத்திலும் ஏற்படலாம். மாதத்தின் பிற்பகுதி மந்தமாகவே இருக்கும்; உற்சாகம் குறைந்த சூழ்நிலை நிறைந்து காணப்படும். விசேஷமாகக் கூற ஏதும் இல்லை. குரு ஒருவரே உங்கள் பக்கம் இருக்கிறார். அதுவும் ஏகாதசி பிரகஸ்பதியாக இருப்பதால் ஆதாயம் இல்லை. சூரியன் காரணமாக கலைஞர்களும், அரசுப் பணியாளர்களும் நன்மை அடைவார்கள்.

### துலா ராசி:

சித்திரை 3, 4 — ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 — ஆம் பாதங்கள்.

மாதத்தின் பிற்பகுதி நன்கு அமையும். சுக்கிரனால் சுகமில்லை. சூரியனால் மாதத்தின் பிற்பகுதியில் அனுகூலம் உண்டு. அதனால் கலைஞர்களும், மற்றும் அரசுத் துறையினரும் ஆதாயம் பெறுவார்கள். தாயின் உடல்நிலை பற்றியக் கவலை ஏற்படலாம். நெருப்பு, திருட்டு என ஏதாவது ஒரு வடிவத்தில் மனக் கவலைக்கு வாய்ப்பு இருக்கிறது. புது மணத் தம்பதிகளானாலும் சரி, வயோதிகர்களாக இருந்தாலும் சரி சற்று பிணக்கும் சண்டையும் ஏற்படலாம்.



சேமியாவை அரை குறையாக உடைத்துக் கொண்டு அவற்றை அடுக்குச் சட்டியில் வேகவைக்க வேண்டும். பிறகு வெந்ததும் அவற்றை எடுத்துத் தேங்காய்த் துருவல், ஏலக்காய், சர்க்கரை ஆகியவைகளை அவற்றின் மேல் தூவி விட வேண்டும். குழந்தைகள் குதூகலத்துடன் சாப்பிடுவார்கள்.

— பாத்திமா.

### விருச்சிக ராசி:

விசாகம் 4 — ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

நல்லதொரு மாதமாக இருக்கும். நீங்கள் எதிர்பார்த்துக் காத்திருந்த வாய்ப்புகள் உங்களை நோக்கி வந்துள்ளன. அதன் பயனாக வீடு கட்டும் யோகமும், சுப நிகழ்ச்சிகளை நடத்தும் வேளையும் வரும். வீட்டில் தட்டிச் சென்றதொரு திருமணமோ உபநயனமோ அல்லது புத்திரோற்பத்தியோ இந்த மாதம் நடக்கும். புதிய வேலை தேடி வரும். திரைப்படக் கலைஞர்களுக்கு எதிர் பார்த்தபடி ஒப்பந்தங்களும் வாய்ப்புகளும் வரும். நஷ்டத்தைத் தந்த பங்கு மார்கெட் வியாபாரம் இலாபத்தைத் தர ஆரம்பிக்கும். கட்டிடக் கலைஞர்களும், ஒப்பனைக் கலைஞர்களும் ஆதாயம் பெறுவார்கள். வெளிநாட்டிலிருந்து சுபச் செய்தி வரும். அல்லது நீங்கள் அனுப்ப வேண்டியிருக்கும்.

### தனுசு ராசி:

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 — ஆம் பாதம்.

சாதாரணமாக உங்கள் ராசிக்குத் தொல்லைதரக்கூடிய சனிஸ்வரன் அல்லது அஷ்டமத்து குருவோ உங்களுக்கு பாதகமான சூழ்நிலை உருவாக்க மாட்டார்கள். ஏனெனில் உச்சகுரு உபத்திரவம் தர மாட்டார். மகரச் சனி மனமகிழ்ச்சியைக் கெடுக்க மாட்டார்கள். இதர கிரகங்கள் அனைத்தும்

நல்ல நிலையில் உள்ளதால் உங்களது நீண்ட கால எதிர்பார்ப்புகள் நிறைவேறும் தருணம் இது. எனவே முயற்சியைத் தொடருங்கள். எந்தத் துறையினருக்கும் எந்தவிதச் செயலுக்கும் அது உத்தியோகமோ அல்லது திருமணமோ எதுவாக இருந்தாலும், இந்த மாதத்தில் வெற்றி உண்டு. ஆனால் ராகுவும், கேதுவும் திருடர்கள் மூலமாகவோ வரி விதிப்பு போன்ற முறையிலோ தொல்லைகளைத் தர இருக்கிறார்கள்.

### மகர ராசி:

உத்திராடம் 2, 3 — ஆம் பாதம், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 — ஆம் பாதம்.

ஆட்சியில் உள்ள சனிபகவான் குருவின் பார்வையுடன் உங்களுக்கு அருள்பாலிப்பார். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் மனநிம்மதி ஏற்படும். முற்பகுதியில் சற்று குழப்ப நிலை ஏற்படலாம். இரும்பு, சிமெண்ட், பெட்ரோலியம் மற்றும் கட்டிடக் கட்டுமானப் பொருள்களை விற்போர் கூடுதலான இலாபம் அடையலாம். பங்கு மார்க்கெட்காரர்களுக்கு மாதத்தின் முற்பகுதியில் திடீர் சரிவு ஏற்படும். ஆனால் பிற்பகுதியில் திடீர் ஏற்றம் ஏற்பட்டு நஷ்டம் ஈடுசெய்யப்படும். அதுபோலவே உஷ்ண சம்பந்தமான நோயின் ஏற்றமும் இறக்கமும் உங்களைப் பாதிக்கலாம். மற்றபடி குடும்பத்தில் முற்பகுதியை விட மாதத்தின் பிற்பகுதியில் எல்லாவிதத்திலும் முன்னேற்றம் காணப்படும்.

### கும்ப ராசி:

அவிட்டம் 3, 4 — ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 — ஆம் பாதங்கள்.

இராசிநாதன் ஆட்சியில் உள்ளதால் 7½ சனியின் அலைக்கழிப்பு ஏற்பட நியாயமில்லை. அத்துடன் குருவின் பார்வையும் உங்கள் இராசிநாதனுக்கு இருப்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். கவலைப்படும் அளவுக்கு ஒன்றும் இல்லை. ஆட்சி உச்சத்தில் உள்ள சனிஸ்வரனின் தசாபுக்திகள் நடப்பவர்களுக்கு நன்மையே விளையும். புனித ஸ்தல பிரயாணங்கள் ஏற்படலாம். கணபதி மற்றும் நவக்கிரக ஹோம சாந்திகளைச் செய்யுமளவுக்கு சனிஸ்வரன் உங்களுக்கு வாய்ப்பினை கொடுப்பார். கூடிய மட்டும் அடுத்தவர் விவகாரத்தில் தலையிடாமல் பெரும்பாலும் மௌனம் சாதிப்பது நன்று. வேறு எந்தவித பயமும் தேவையில்லை. இந்த ராசி குழந்தைகளின் கல்வியில் தனிக்கவனம் அதுவும் அன்பான முறையில் செலுத்தினால் பயன் உண்டு. கண்டிப்பைக் கையாண்டால் இந்த ராசி மாணவர்கள் படிப்பது கடினமே. ஆகவே சனியின் முதல் 7½ பார்யாயத்திற்கு உட்பட்டுள்ள சிறுவர் சிறுமிகளின் முன்னேற்றம் வரும் 7½ ஆண்டுகளில் நன்கு வளர அன்பும் அரவணைப்பும் தேவை என்பதை மறக்க வேண்டாம்.

### மீன ராசி:

பூரட்டாதி 4 — ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

உச்ச குருவின் பார்வையைப் பெற்றுள்ள இலாபச் சனி உங்களுக்கு உகந்த முறையில் உதவுவார். எதிர்பாராத தனலாபமும், தொழில் முன்னேற்றம், புது ஒப்பந்தங்கள் என நன்மைகள் பல ஏற்படலாம். இதுவரை இருந்த குடும்பப் பிரச்சினைகள் தீரும் சூழ்நிலை காணப்படுகிறது. தம்பதிகளிடையே இருந்த பிரிவு நீங்கலாம். நீண்ட நாட்களாக முயற்சி செய்தும் முடியாமல் நின்ற செயல்கள் இனி வெற்றியுடன் முடிவடையும். அரசுப் பணியாளர்கள் பதவி ஏற்றம் பெறுவதோடு, எதிர்பார்த்த மாற்றமும் சிலருக்கு கிட்டும். நடிப்புத் துறையில் உள்ளவர்களுக்கு நல்லதொரு எதிர்காலம் இந்த மாதத்திலிருந்து அமையும். மீன ராசியில் பிறந்துள்ள கலைஞர்கள் கவிஞர்கள், எழுத்தாளர்கள் ஆகிய அனைவருக்கும், பாராட்டுக்களும், புகழும் வந்து சேரும். இது நல்லதொரு மாதமாக இருக்கும்.

## ஆசாபாசம் உங்களுக்கு அதிகமா?

உள்ளங்கையில் அமைந்துள்ள சந்திர மேட்டைக் கொண்டு உடல்நிலை (PHYSICAL STRENGTH), மனநிலை (MENTAL STRENGTH), மற்றும் ஒழுக்க நிலை (MORAL STRENGTH) ஆகியவற்றைத் திட்டவட்டமாக அறிந்து கொண்டுவிட முடியும். அவ்வாறு தெரிந்து கொண்ட அனைத்து விஷயங்களையும் அக் கைக்குரிய நபரிடம் அப்படியே கூறிவிட வேண்டுமென்பது சரியல்ல. ஆயினும் அவர் மனவேதனை அடைவதற்குரிய அடிப்படைக் காரணங்களை வேறுவிதமான முறையில் எடுத்துக் கூறுவதுடன், அதிலிருந்து அவர் விடுபட எளிய பரிகாரங்களையும் கூறி அவருக்கு

பொதுவாக எல்லா தாய்மார்களும் புளியைக் குழம்பிற்கு உபயோகிப்பார்கள். ஆனால் உபயோகித்த பிறகு அவற்றைத் தூர எறிந்து விடுகிறார்கள். அதைத் தூர எறியாமல் அவற்றை உப்பினுள் போட்டு வைத்து, நாம் வெள்ளிக் கிழமைகளில் பூஜை சாமான்கள், மற்றும் பித்தளை சாமான்களை தேய்க்கும் போது இந்த உப்பில் உள்ள புளியை சேர்த்துத் தேய்த்தோமானால் பாத்திரம் மிகவும் பளபளப்பாகக் காட்சியளிக்கும்.

— பாத்திமா.



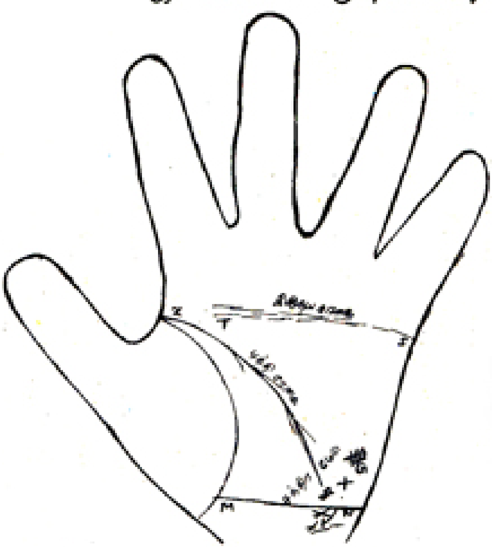
சூப்பர் ஸ்டாருக்கு
தேவை சூப்பர் ஸ்டார்தான்
அன்றாடம் சேதமடைவதிலிருந்து சூப்பர் பாதுகாப்பு
ஸன்ஸில்க்
2-இன்-1
இதமான ஷாம்பூ
சூப்பர் ரிச் கண்டிஷனர்
ஒவ்வொரு நங்கையும் சூப்பர் ஸ்டார் போல் காட்சிதர அருகதையுள்ளவர்கள். அதனால் தான் இதோ, புதிய சூப்பர் கண்டிஷனிங் ஸன்ஸில்க். இதன் சூப்பர் ரிச் கண்டிஷனர் அன்றாடம் காற்று, தூசி அல்லது அழுக்கினால் ஏற்படும் சேதத்திலிருந்து கூந்தலைப் பாதுகாக்கிறது. கூந்தலை மென்மையாயும், வழவழப்பாயும், புத்துயிர் பெற்று பளபளக்கவும் செய்கிறது.
புதிய
சூப்பர் கண்டிஷனிங். ஸன்ஸில்க்
Sunsilk

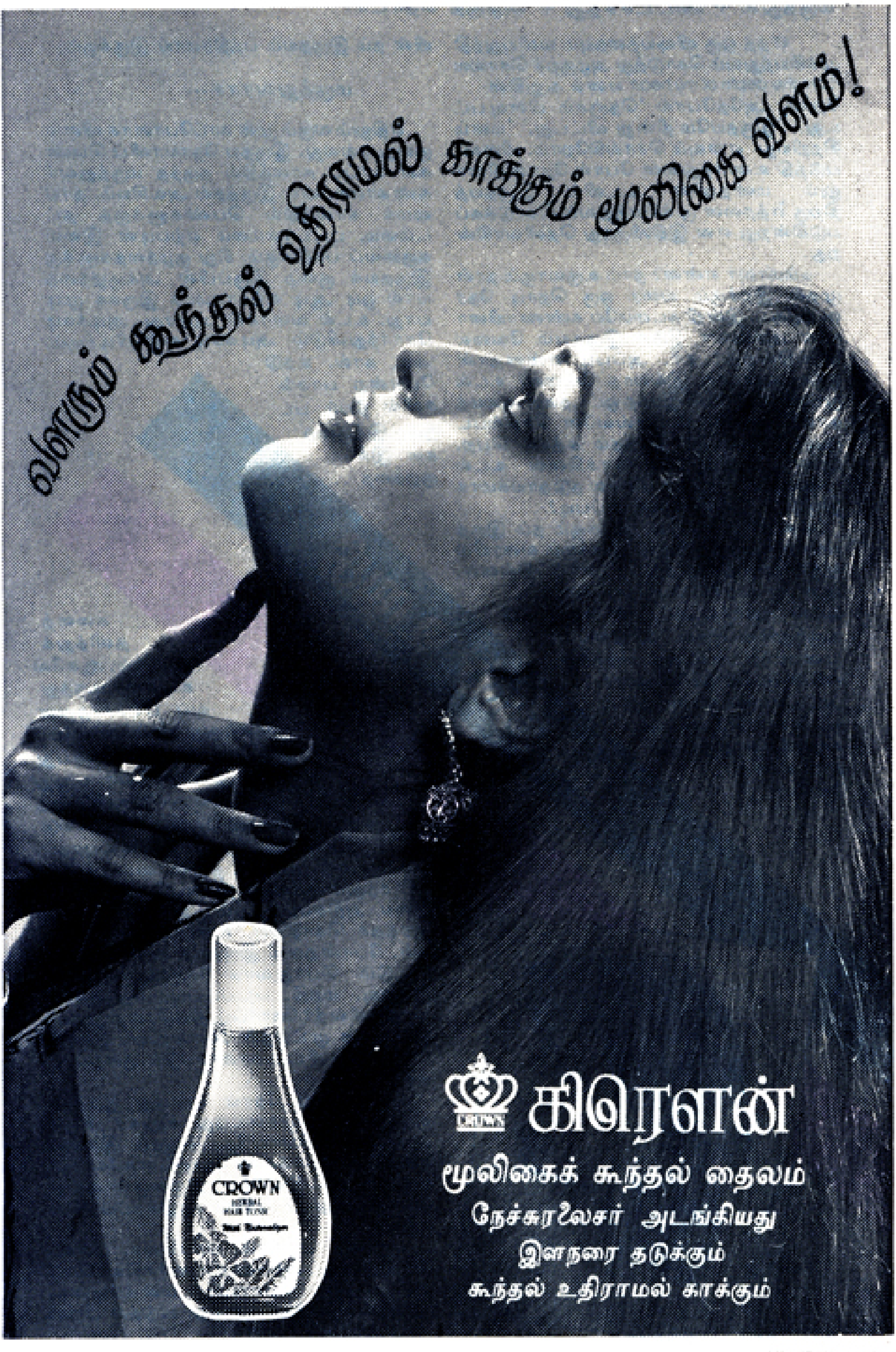
மனோதிடம் ஏற்படச் செய்ய வேண்டியது ஜோதிடரின் கடமையாகும். அதற்கு மாறாக ஒரு சிறு குறையைக் கூட அட்டகாசமாக எடுத்துக் கூறிக் கேட்க வந்தவர்களுக்கு மனதில் பீதியையும் குழப்பத்தையும் ஏற்படுத்தி அடுத்து என்ன ஆகுமோ என்று அவர்கள் அங்கமளவுக்கு சூழ்நிலையை ஏற்படுத்தி விடக் கூடாது. குறிப்பாக எந்த ஜோதிடர்களானாலும் தங்களிடம் ஆலோசனை கேட்க வருபவர்களின் இரகசியங்களைக் காப்பதுடன், அவர்களிடம் அமைதியாகவும், ஆறுதலுடனும் ஆதூரத்துடனும் பேசி, அவர்களுக்கு மனோதிடமும், மன நிறைவும் ஏற்படுத்தித் தர வேண்டியதுதான் ஜோதிடர்களின் தலையாய கடமையாகும். ஜாதகத்தில் செவ்வாய் தோஷம் உள்ளதா என்பதை மிகவும் நுட்பமாக அறிந்து அதைப் பெரிதுபடுத்தாமல் நாகரிகமாகச் சொல்லி அனுப்ப வேண்டும். அது போலவே மூலா நட்சத்திரம், பூராட நட்சத்திரம் கொண்ட ஜாதகங்களைத் தள்ளப் பார்ப்பதும் உண்டு. ஆண்களுக்கு மூலா நட்சத்திர தோஷமில்லை. "பூராட நட்சத்திற்கு நூலாடாது," எனச் சிலர் கூறுவதுண்டு. இவையெல்லாம் அதீத கற்பனைக் காரணமாக மிகைப்படுத்தப்பட்ட தோஷங்களாகும். பூராட நட்சத்திரப் பெண்கள் பதினாறும் பெற்றுப் பெருவாழ்வு வாழ்ந்து வருவதை இன்றும் அனுபவத்தில் காணலாம். எனவே இத்தகைய தோஷங்களைக் காட்டி நல்ல இடத்து சம்பந்தங்கள் கைகூடி வராமல் போவதற்கு ஜோதிடம் காரணமாக அமைவதால்தான், ஜோதிடர்களைப் பற்றிய நகைச்சுவை நாடகங்களும், கிண்டல்களும், நகைச்சுவை துணுக்குகளும் வெளிவரக் காரணமாக அமைந்து விடுகின்றன. எனவே கைரேகைக் கலைஞர்கள் மிகவும் கவனத்துடன் கைகளை ஆராய்ந்து உரிய பலன்களை உகந்த முறையில் கூறுவது தான் முறையாகும்.

மனக் கோளாறு அல்லது ஹிஸ்டீரியா எனும் நோயை உடைய பெண்களின் கைகளில் ரேகைகள் குறிப்பாகச் சந்திர மேட்டின் மேல் தாறுமாறாக அமைந்திருக்கும். அத்துடன் புத்தி ரேகை சந்திர மேட்டை (x—y) அடைந்து வளைந்து காணப்படும். அத்துடன் அங்கு ஒரு சிறு தீவுக் குறியும் காணப்படும். குறிப்பாக மக்கட்பேறு சம்பந்தமான அறுவை சிகிச்சை ஒரு பெண்ணுக்கு ஏற்படுமா என்பதை அவரது சந்திர மேட்டின் மேல் அமைந்துள்ள கிராஸ் + எனும் குறுக்கு வெட்டின் மூலம் அறிந்து கொள்ளலாம். ஆஸ்துமா மற்றும் மூச்சுத் திணறல், மூக்கடைப்பு போன்ற நோய்கள் ஏற்படுபவர்களுக்கு சந்திர மேட்டின் குறுக்கே நீளமானதொரு ரேகை தோன்றி (m—n) அது ஆயுள் ரேகையைத் தொட்டுக் கொண்டு நிற்கும். இத்தகையவர்கள் கூடிய மட்டும் தூசு தும்பு, குப்பை கூளம் ஒட்டடை, சுண்ணாம்பு அடிக்குமிடம் புழுதிக் காற்று வீசும் சமயம் அவைகளிலிருந்து ஒதுங்கி இருப்பது மிகவும் நல்லது. அப்படி இல்லையெனில் ஒருவித ஒவ்வாமை (அலர்ஜி) ஏற்பட்டு மேற்குறித்த நோய்களினால் அவஸ்தைப்படுவதும் உண்டு. எந்த வீட்டில் கரப்பான் பூச்சி அதிகம் நிறைந்துள்ளதோ அந்த வீட்டில் உள்ளவர்களுக்கு இத்தகைய அலர்ஜி ஏற்படும் என்பர். உள்ளங்கையில் சந்திரமேட்டில் வலைக்குறி (G) தோன்றினாலும், அல்லது புத்திரேகையை நோக்கி படத்தில் காணப்படுவதைப் போல இருதய ரேகை (S—T) அமைந்திருந்தாலும் அத்தகையவர்களுக்கு ஹிஸ்டீரியா எனும் மனமுறிவு நோய் ஏற்படும்.

இப்படிப்பட்டவர்கள் ஆழ்ந்த தியானம், இனிமையான இசையைக் கேட்டல் திறந்த புல்வெளியில் உலாவுதல் இயற்கைக் காட்சிகள் நிறைந்த மலைப் பகுதிகளுக்கு அடிக்கடி சென்று வருதல் போன்றவைகளால் வெகு சீக்கிரத்தில் குணமடைந்து விடலாம். ஆண்களை விட பெண்கள் ஆசாபாசத்தால் வெகு எளிதில் மனதை அலைய விட்டு விடுவார்கள் என்பர். ஆனால் இந்த சித்தாந்தம் எல்லோருக்கும் பொதுவானதல்ல. ஆண்களை விட பெண்களுக்குத்தான் இடமான மன உறுதி உள்ளதை அனுபவத்தில் காணலாம். குறிப்பாக மேல்நாட்டுப் பெண்களை விட இந்தியப் பெண்களிடம் ஆசாபாசங்களை அளவோடு அனுபவித்து வாழ்க்கையில் எதிர்நீச்சல் போடும் துணிவு மிக அதிகம் என்பதை 50 ஆண்டுகளுக்கும் அதிகமாக விரிசல் ஏதுமின்றி கூடி வாழ்ந்து வரும் இலட்சக்கணக்கான தம்பதிகளின் வாழ்க்கையிலிருந்து அறியலாம். அப்படிப்பட்டவர்களின் கைகளைப் பார்த்தால் சந்திரமேடு அப்பழுக்கின்றி மேலாக உப்பி, ரோஜா நிறத்துடன் காணப்படும். இருபாலாருக்கும் சந்திர மேடு அவ்வாறே அமைந்திருப்பதையும் காணலாம். அப்படிப்பட்டவர்கள்தான் ஆதர்ச தம்பதிகளாக வாழ்ந்து காட்ட முடியும். அவர்களை எந்த ஆசாபாசமும் அலைக்கழிக்க முடியாது. நீங்களும் அப்படி இருக்கலாமே!

**— ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்.**




வளரும் கூந்தல் உதிராமல் காக்கும் மூலிகை வளம்!
CROWN
கிரௌன்
மூலிகைக் கூந்தல் தைலம்
நேச்சுரலைசர் அடங்கியது
இளநரை தடுக்கும்
கூந்தல் உதிராமல் காக்கும்
CROWN

# மனதில் உறுதி வேண்டும்

எந்த ஒரு விஷயத்தையும் வலியுறுத்தி முக்கியத்துவம் கொடுத்து அழகுறச் சொல்ல 'from the depth of my heart' எனக் கூறுகின்றோம். அதேபோல் 'நெஞ்சம் பிளவுபட்டது.' 'இருதயமே நின்று விட்டது.' 'மனம் சிதறியது' எனவும் சொல்கிறோம். மிகைப் படுத்தி உணர்த்துவன போல் தோன்றினாலும் மனிதனின் உடலில் இருதயத்திற்கு எத்தனை முக்கியத்துவம் கொடுக்கப் படுகின்றது என இதிலிருந்து தெளிவாகின்றது.

சும்மாவா என்ன? நாம் உருவாகும் நாள் முதல் இறக்கும் வரை ஒரு நொடி நேர ஓய்வு கூட இன்றி கடமையே கண்ணாயினாராக அல்லவா இந்த இருதயம் வேலை செய்கின்றது? சரி, அப்படி என்னதான் ஓய்வு ஒழிச்சல் இல்லாத வேலை? உடல் முழுவதும் சீரான இரத்த ஓட்டத்தை அமைத்தால்தானே உடல் செவ்வனே செயல்பட முடியும்? அசுத்த இரத்தம் சுத்தம் பெற, நல்ல இரத்தம் போஷாக்கினை உடல் முழுவதும் எடுத்துச் செல்ல நடுநாயகமாக இருதயம் இல்லாவிடில் எப்படி?

கைப்பிடி அளவே இருக்கும் நம் இருதயத்தைப் பற்றி நன்றாய் இருக்கும் வரையில் ஒருவரும் நினைத்துப் பார்ப்பதில்லை. ஆனால் மாரடைப்பு நோய் ஏற்பட்டவுடன் 'ஹார்ட் அட்டாக்' எனக் கூறி வருந்துகின்றோம். நம்முடைய முறையற்ற, உணவுப் பழக்கங்களின் மூலம் நாமே ஹார்ட் அட்டாக்கை வரவழைத்துக் கொள்கிறோம். நம் கவனக் குறைவுகளை நாம் உணர்வோமாயின் நம் இருதயம் பத்திரமாய் இருக்கும்.

## மருத்துவராக...

எதிலும் வரும்முன் காப்போனாக விளங்குவது நல்லது. இருதய நோயாளிப் பெண்கள் கர்ப்ப காலத்தில் தகுந்த மருத்துவக் கண்காணிப்பில் இருத்தல் அவசியம். தாய்மைக் காலத்தில் பெண்களுக்குத் தட்டம்மை, புட்டாலம்மை ஏற்படின் இவை கருவைப் பாதிக்கும். சிறு குழந்தைகளுக்கு இருதயக் குறை இருப்பின் அக்குழந்தையால் ஓடி ஆடி உற்சாகமாக இருக்க முடியாது. உடல் வளர்ச்சி பற்றாது. அடிக்கடி சோர்ந்துவிடும். அடிக்கடி சளி பிடிக்கும். கை, கால், உதடு போன்ற பாகங்களில் நீலம் படரும். இக்குறைகள் இக் குழந்தைகளைத் தனித்துக் காட்டும். ஆகவே உடனடி மருத்துவப் பரிசோதனை செய்வது நலம் பயக்கும்.

இருதயத் தளர்ச்சி என்பது இருதயத் தசைநார்கள் பழுதுறும் நிலை. வைரஸ் கிருமி நோய்கள், மூட்டுவலி நோய், தைராய்டு கோளாறு, இரத்த சோகை, புரதப் பொருட்கள் குறைந்த நிலை, வைட்டமின் 'ஈ' சத்துக் குறைந்த நிலை இவை தளர்ச்சியை அதிகப்படுத்தும். அதிக உழைப்பு, இரத்தக் கொதிப்பு, சுவாசப்பைக் கிருமிகள், போன்றவை இருதயத் தளர்ச்சியைக் கூட்டும். பொதுவாக சோர்வு, சிறுநீர்க் குறைவு, மறதி, படபடப்பு, கணுக்கால் பகுதிகளில் நீர் கோர்ப்பு, திடீரெனத் தூக்கத்தில் மூச்சு முட்டுதல் போன்றவை இருதய நோயாளிகளிடம் காணப்படும் குறைபாடுகள்.



மாரடைப்பு நோய் என்பது இரத்தக் குழாய்கள் பழுதடைந்து சிறுகச் சிறுக அடைத்துப் போவதே. மேலும் இரத்தக் கொதிப்பும், சர்க்கரை நோயும் கைகோர்த்த நண்பர்கள். இவர்கள் இருவரும் ஒன்று சேரின் இருதயம் அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றது.

உணவுப் பழக்கம், பரம்பரை, புகைப் பிடித்தல், மது, அதிகமாக உணர்ச்சிவசப்படுதல், கூடுதல் பொறுப்பு, மனக்கவலை, இரத்தக் கொதிப்பு, வயது கூடுதல் பிறவி

இருதய நோய் போன்றவையே இருதய நோய்க்குக் காரணமாகின்றது. இருதயத் திறவுகள் பாதிக்கப்பட்டிருத்தலும் நோயின் முக்கியக் காரணமாகின்றது. சிலருக்கு வயிற்றுக் கோளாறு இருதய வலியை ஒத்து தோன்றும். தகுந்த சோதனைகள் செய்து சிகிச்சைப் பெறுவது அவசியம்.

மூச்சு வாங்குதல், வாந்தி, இனம் தெரியாத தவிப்பு, இடதுகை, தாடை, முதுகு போன்றவற்றில் ஓடும் வலி, மூட்டு வலி போன்றவை உடனடி மருத்துவரின் ஆலோசனை பெற வேண்டியவை. அதிக கால சர்க்கரை நோய் உடையவர்களுக்கு வலியை உணர வைக்கும் நரம்புகள் சேதமடைய வாய்ப்புகள் உண்டு. இவர்களுக்கு வலியற்ற மாரடைப்பு ஏற்படலாம். ஆகவே, இத்தகையோர் அளவுக்கு மீறிய சோர்வு, உடல் உளைச்சல் என்றிருக்கும் பொழுது காலந் தாழ்த்தாமல் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.

இருதய நோயாளிகள் பொதுவில் மிகவும் பயந்து விடுகின்றனர். முறையான உணவு, நிதானமான உடற்பயிற்சி, தவறாத மருந்து இவை உண்மையான பலன் அளிக்கும். வியக்கத்தக்க முறையில் மருத்துவ முன்னேற்றம் ஏற்பட்டுள்ள இக்காலத்தில் அறுவைச் சிகிச்சை தேவைப்படும் பொழுது ஒத்திப் போடவோ, மறுக்கவோ கூடாது.

தலைவலி, மயக்கம், மூக்கில் இரத்தம் வடிதல், படபடப்பு, கோபம் போன்றவை இரத்தக் கொதிப்பின் அறிகுறியாக இருக்கலாம். இரத்தக் கொதிப்பு நோயாளிகள் தன் விருப்பம் போல் மாத்திரையை நிறுத்தவோ, மாற்றவோ கூடாது.

இதனால் இரத்தக் குழாய் வெடிக்கும் அளவு ஆபத்து ஏற்படலாம். அடிக்கடி இரத்த அழுத்தத்தைப் பரிசோதித்துக் கொள்ள வேண்டும். கண் பார்வை மங்குதல், சிறுநீரகப் பாதிப்பு, போன்றவற்றிலும் கவனம் தேவை. சற்றே குறைந்த இரத்த அழுத்தம் இயற்கையாகவே அமையப் பெற்றவர் கவலைப்பட வேண்டாம். திடீரென அவ்வாறு ஏற்படின் காரணமறிய வேண்டும்.

### சத்துணவு நிபுணராக...

அரசனைப் போல் காலை உணவும், இளவரசனைப் போல் மதிய உணவும், கஞ்சனைப் போல் இரவு உணவும் கொண்டால் ஒருவர் நோய் நொடியின்றி இருப்பர் எனக் கூறுவர். அதிக உடல் உழைப்பு இருந்த காலத்திலேயே இவ்வாறு கூறினார்கள். இப்போது உடல் உழைப்பற்று desk work எனக் காரியாலய அலுவல் செய்பவர் மிதமான உணவு கொள்ளுதலே நலம் எனலாம்.

காலை உணவைக் கண்டிப்பாய்த் தவிர்க்கக் கூடாது. கொழுப்புச் சத்து அற்ற உணவு மிகச் சிறந்த உணவு பச்சைக் காய்கறிகள், கீரை வகைகள், பாசிப் பயிறு, நார்ச் சத்து உணவு இவை இருதயப் பாதுகாப்பிற்கு நல்லது. பப்பாளிப் பழமும், பைன் ஆப்பிள் பழமும் பழங்களில் சிறந்தது. பைன் ஆப்பிள் பழச்சாறு இருதய டானிக் எனக் குறிப்பிடப்படுகின்றது. வெங்காயம், பூண்டு போன்றவை இரத்தக் கொழுப்பினைக் குறைப்பதால் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றது.

இப்பொழுதெல்லாம் இயற்கை உணவு ருசிக்காக அழிக்கப்பட்டு விடுவதால்தான் அதிக நோய்கள் காணப்படுகின்றன. மாமிச உணவைத் தவிர்த்தல், உப்பின் அளவை வெகுவாகக் குறைத்துவிடல், புகை, மதுப் பழக்கமின்றி இருத்தல் அனைவருக்குமே சிறந்தது. இயற்கை உணவாகக் 'காய்கறி சாலட்' உண்ணக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். டீ. வி. பார்க்கும் பொழுது.

> சற்று வளர்ந்துவிட்ட (அதாவது மூன்று வயதுக்குப் பிறகு) குழந்தையின் கோணல் பார்வை, சில சமயங்களில் மூளையில் வளரும் கட்டியைச் (ப்ரெய்ன் ட்யூமர்) சுட்டிக்காட்டலாம். எனக்குத் தெரிந்தவரின் குழந்தைக்குக் (5 வயது) கோணல் பார்வை தென்பட்டவுடன், கண் நிபுணரிடம் காட்டிய போது பரிசித்த நிபுணர் "கண்களில் ஏதும் கோளாறு இல்லை. உடனே மூளையைப் பரிட்சிக்கும்படிச் சொன்னதின் பேரில், அக்குழந்தைக்கு மூளையில் கட்டி வளர்ந்து வருவது தெரிய வந்தது.
>
> — ராஜி.

புத்தகம் படிக்கும் பொழுது கொறிக்கும் பழக்கம் உள்ளவர் முட்டைகோஸ், தக்காளி, வெங்காயம், முள்ளங்கி, கொத்துமல்லி, புதினா, வெள்ளரி இவற்றை அழகாகத் தட்டில் வைத்து உண்ணலாமே.

பச்சைக் காய்கறி இன்றி உணவு கொள்வதில்லை என உறுதியாய் இருங்கள். நாளடைவில் நீங்களே எண்ணெய்ப் பொருட்களை விரும்ப மாட்டீர்கள். எதுவுமே பழக்கம்தான் காரணம். பசுநெய் சற்று உணவில் சேர்வது மூளை பலம் பெற, உடல் பலம் பெறத் தீங்கின்றி உதவுகின்றது எனப் பழைய வைத்திய முறைகள் கூறுகின்றன.

சுக்கு, அருகம்புல் சாறு இவை இரத்தக் கொதிப்பைக் குறைக்கவும், மிளகு கொழுப்புச் சத்தினைக் குறைக்கவும் உதவுகின்றது. குடை மிளகாய் இரத்தம் கட்டிப் பட்டு அடைப்பதைத் தவிர்க்கின்றது. வைட்ட

மின் ஏ, சி, பி 6 சத்து நிறைந்த உணவுகள் மிக அவசியம். கண்டிப்பாக இரவு வேளைகளில் அதிக உணவு கூடாது. புதினா, கொத்துமல்லி போன்றவை இரத்த சுத்தி அளிப்பவை. வெள்ளைத் தாமரை இதழின் டிகாக்ஷன் மூளைக்கும் இருதயத்திற்கும் பயன் அளிப்பதாகும்.

### அழகுக்கலை நிபுணராக...

முறையான வேலை, அளவான உடற்பயிற்சி, பொழுதுபோக்கு இவை அனைத்தும் தேவை ஒருவருக்கு. ஆகவே மனதைக் குதூகலமாக வைத்திருக்க ஏதேனும் ஒரு கலை, பாட்டு, வீணை, தோட்டக் கலை, ஓவியம், படித்தல் இருத்தல் அவசியம். இது மனதை அமைதியுடனும் ஆரோக்கியத்துடனும் வைத்திருக்கும். இந்த அமைதி போதுமே நம்மை இரத்தக் கொதிப்பிலிருந்து காப்பாற்ற.

இப்பொழுது பரபரப்பான உலகம். இயந்திரத்தனமான வேகம். இவை இரண்டும் போதும் மனிதனின் இதயத்தைப் பாதிக்க. ஆகவே எந்த ஒரு செயலிலும் நிதானத்தைக் கடைபிடிப்பின் அவ்வேலை முழுமை பெறுகின்றது. அமைதியாகச் செய்யும் வேலை நமக்கு அழகையும் கம்பீரத்தையும் கொடுக்கின்றது.

உரத்த குரலில் பல முறை வேகமாக ஒன்றைச் சொல்வதைக் காட்டிலும் அமைதியான தொனியில் ஒருமுறை கூறப்படும் தெளிவான கருத்து பலரையும் கவரும். நம் அமைதியைப் புரிந்து செயல் படாத ஒருவர் நாம் மணிக்கணக்கில் பேசுவதை மட்டும் புரிந்து கொள்ளவா போகின்றார்?

உங்கள் நல்ல பண்புகளை நீங்களே எண்ணுங்கள். இது உங்கள் மனதிற்கு புத்துணர்ச்சி அளிக்கும். கவனத்தன்மையை அதிகரித்து கொள்ள வேண்டும். வேலைகளை நேரப்படி வகுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இனிமையாகவும் நகைச்சுவை உணர்வோடும் இருக்க வேண்டும்.

வாழ்க்கை நாம் வாழ்வதற்கே. இவ்வுலகில் நாம் உணராத எத்தனையோ உண்மைகள் உள்ளன. முறைப்படி வாழும் பொழுது இவற்றை உணர்வதால் நாம் இருக்கும் இடமே சொர்க்கம். மன மகிழ்ச்சி உள்ளவர்க்கு நோய் கிட்டே அணுகாதே.

மனம் உடையவர் என்பதால் மனிதன் என அழைக்கப் பெறுகின்றோம். இதற்கு சிறந்த அழகு எது. மனதில் மாசு இல்லாது இருத்தல். சுத்தமே சிறந்த அழகு அல்லவா. அதனால் தான் வள்ளுவர்:

'மனத்துக்கண் மாசிலன் ஆதல்
அனைத்து அறன்
ஆகுல நீரப் பிற' என்றார்.

மாசு என்பது என்ன. எதனால் வருகின்றது. அழுக்காறு = பொறாமை. அவா = ஆசை. வெகுளி = கோபம். இன்னா சொல் = கடுஞ் சொல் இவைதான் மாசு எனப்படுகின்றது. அறம் என்பது அறு + அம் எனப் பிரிக்கப் படும். மாசு என்ற தூசியை மனதில் இருந்து அறுப்பதே அறம். அறம், பொருள், இன்பம் எனப்படுகின்றது. நாம் நுகர்வது இன்பமாக இருந்தாலும் அவ்வின்பம் கிடைப்பது பொருள் மூலமாக என்றாலும் அப் பொருள் ஈட்டும் வழி அறமுடையதாக மாசு அற்றதாக இருக்க வேண்டும். மனம் சுத்தமாயிருப்பின் முகம் பொலிவுடன் இருக்கும். இதையே தேஜஸ் என்று கூறுகிறோம். குழந்தைகளின் முகமும், பல சான்றோர்களின் முகமும் பொலிவுடன் இருப்பது மாசற்ற காரணத்தினாலேதான். இதைத்தான் 'அகத்தின் அழகு முகத்தில் தெரியும்' என்பர். எனவே எண்ணுவதெல்லாம் உயர்வாக எண்ண வேண்டும்.

கோபமுடையவரை நாம் சிடுமூஞ்சி, கடுகடுத்த முகம் என்று தானே குறிப்பிடுகின்றோம். ஆகவே எப்பொழுதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும். இதனால் வார்த்தைகளும் கனிவாகவே இருக்கும். நம்மைச் சுற்றியுள்ள அனைவரும் மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பர். ஒருவர் மீது உங்களுக்குக் கோபம் இருப்பின் அந்த வேகம் தீரும் வரை அவரைப் பற்றி ஒரு காகிதத்தில் எழுதுங்கள். பின் அதைப் படியுங்கள். உங்கள் கோபம் தீர்ந்து நாம் சற்று அவசரப் பட்டு தரம் தாழ்ந்து விட்டோமோ என மனம் வெட்கப்படும். பிறகு ஐந்து நிமிடங்கள் கண்ணை மூடி அவரின் நல்ல குணங்களை மனதார நினையுங்கள். சில நாட்கள் இப்படித் தொடரட்டும் நீங்கள் வியக்கும் வகையில் இருவரிடையேயும் ஒற்றுமை ஏற்படும். அப்படி ஒரு பிரம்மாண்ட சக்தி எண்ண அலைகளுக்கு உண்டு.

பகைமை எதற்கு? அன்பினால் சாதிக்க முடியாததை எந்த ஆயுதத்தினாலும் சாதிக்க முடியாது. இதையே டாக்டர் மு. வ. அவர்கள் 'உலகம் திருந்த உன்னைத் திருத்த வேண்டும்' என்றார். இத்தகைய உள்ளத் தூய்மையில் ஏற்படும் தெய்வீக அழகினை எந்த ஒரு அழகு சாதனமும் அளிக்க முடியாதே.

ஆகவே த்யான முறையினையும் அனைவரும் மேற்கொள்வது நல்லது. த்யானத்தினால் நம் குறைகளை நாமே அறிந்து களையும் உறுதி கிடைக்கின்றது. உள்ளம் உறுதிபடின் உடல் உறுதி படுகின்றது. எனவே மனதில் உறுதி வேண்டும்.

— டாக்டர் கமலி.

குழந்தை பிறந்தவுடன், குழந்தையின் கண்கள் நல்ல முறையில் சுத்தம் செய்யப்பட்டதா என்று கவனம் செலுத்தவும்.
— ராஜி.



சொல்ல விரும்புகிறோம்:

# 'ஆண்டுப் பழம்'

* மாதம் ஒரு பொருளைத் தெரிந்து கொள்ளலாமே' கட்டுரை மூலம் பல பொருள்களின் பயனை அறிந்து கொள்ள முடிகிறது. இதுபோன்ற பல கட்டுரைகளைப் படிக்கக் காத்திருக்கிறோம்.

பழனி — 2. ஆர். எஸ். ஸ்ரீதாராணி.

* மங்கையர் மலர் எப்போது இலவச இணைப்பை அளித்தாலும், அதைப் போற்றிப் பாதுகாக்கும்படியாகச் செய்திகளும், குறுநாவலும், அந்த இலவச இணைப்பில் இடம் பெறுவது வழக்கம். அந்த அடிப்படையில், இம்மாத மங்கையர் மலருடன் இணைந்து வந்திருந்த இலவச இணைப்பும் அமைந்தது. விமலா ரமணியின் கஸ்தூரி மானும் கானல் நீர்நிலைகளும் என்ற கிளாஸிக் குறுநாவலும் பெண் குழந்தைகளைப் பற்றிய கட்டுரையும் இடம் பெற்றிருந்தது பாராட்டத்தக்க அம்சமாகும்.

தோட்டக்குறிச்சி. இரா. வளையாபதி.

* ஆண்டு மலரில் இடம் பெற்றுள்ள அனைத்துப் பொன்மொழிகளும், சிந்திக்க வைத்தது. அவை நெஞ்சில் நின்று விட்டதோடு மட்டுமின்றி, என் 'டைரி'யின் சில பக்கங்களையும் அலங்கரிக்கவும்' செய்தது. ஏ. கே. செட்டியாருக்கு நன்றிகள்!

சென்னை — 1. பாலாஜி.

* சரோஜா ரங்கராஜன் எழுதிய 'உங்களுடைய கணவர் ரிடையர் ஆகப் போகிறாரா?' என்ற கட்டுரை மிகச் சிறப்பான முறையில் எழுதப்பட்டுள்ளது.

மனைவிக்கு மட்டுமல்லாமல், அசட்டுக் கேள்வி கேட்கும் அன்பர்களுக்கும் சேர்த்து அறிவுரை வழங்கியிருப்பது பாராட்டுக்குரியது.

பம்பாய். வேதநாராயணன்.

* பிப்ரவரி மாத மங்கையர் மலரில் வெளியாகியிருந்த 'கண்ணுக்குத் தெரியாத அபாயங்கள்' கட்டுரை அருமை. நாய் வளர்ப்பதினாலும், நமக்கு ஏற்படும் அபாயங்களைப் பற்றிக் கமலநாதன் தெளிவாகக் குறிப்பிட்டிருந்தார். நாய் வளர்ப்பதை ஒரு ஹாபியாகக் கொண்டிருக்கும் என் போன்ற பலருக்கு, பல புதிய பயனுள்ள செய்திகளை எடுத்துரைத்திருந்தது கட்டுரை.

திருச்சி — 3. உமா கணேஷ்.

* ஆண்டு மலர்' என்று அறிவித்து விட்டு 'ஆண்டுப் பழம்' ஆக வெளியிட்டு விட்டீரே! இதுவரை வந்த மலர்களிலேயே சென்ற இதழ் அட்டைப்படம் வித்தியாசமாய் இருந்தது.

வேலூர் — 6. ரமா சந்திரசேகர்.

* உறுதிமொழி எடுக்க மற்ற பெண்களுக்கு ஆண்டு மலர் வாய்ப்பளித்தமைக்கு உளப் பூர்வ நன்றியை நவிலும்.

தாம்பரம் சானடோரியம்.

ஜெயலட்சுமி ஈஸ்வரன்.

* பெண்களைப் பற்றிப் பொதுவாக, பொதுவான பத்திரிகைகளில் எழுதுவதற்கும், 'மங்கையர் மலரி'ல் எழுதுவதற்கும் இருக்கும் வேறுபாட்டை உணர்ந்து ரொம்பவும் எச்சரிக்கையாகவே எழுத ஆரம்பித்திருக்கிறார் பாலகுமாரன்.

சென்னை — 14. ஐயாறு எஸ். வாசுதேவன்.

* பத்தாவது ஆண்டு மலராக வெளிவந்திருந்த இம்மாத மங்கையர் மலரின் கவர் ஸ்டோரியான பழக்கோலம் மங்கையர் மலரின் ஒரு புதுமையான கண்டுபிடிப்பே என்று சொல்லலாம். கோலத்தின் வண்ணப்படம் இன்னும் என் மனத்தில் பசுமையாக உள்ளது. இருப்பினும் கோலம் போடும் முறையினையும், தேவைப்படும் பழ வகைகளைப் பற்றியும் தகவல்களைத் தந்திருந்தால் மிகவும் உதவியாக இருந்திருக்கும்.

திருச்சி — 18. ராஜேஸ்வரி ராம்குமார்.

* 'போராடும் பெண்மணிகள்' மூலம் எங்கள் நலனுக்காக வாதாடும் பாலகுமாரனை, நேரில் சந்தித்துப் பாராட்ட வேண்டும் போலிருக்கிறது.

கும்பகோணம். சி. சிவகாமசுந்தரி.

* சோப்புப் போடுவதைப் பற்றி விளக்கி, மகளிர்க்குச் சோப்புப் போடுகிறீர்கள் என நினைத்தேன். ஆனால், படித்த பிறகுதான் ஒரு சாதாரண சோப்புக்குள் இத்தனை விஷயங்களா என்று மூக்கின் மேல் விரல் வைக்கத் தோன்றியது.

கும்பகோணம். சிவ. ஸ்ரீனிவாசன்.

அட்டை வண்ணப்படம்:

டி. சி. நாகேஷ்.

# அப்பாவின் ஆஸ்தி

**ரேவதி பாலு**

ஞாயிற்றுக்கிழமை காலையிலேயே அப்பாவுக்கு 'மூட்' வந்து விட்டது.

வேஷ்டியைக் கச்சமாகக் கட்டிக்கொண்டு ஏணி மரத்தைக் கொண்டு வந்து பரண் மேல் சாய்த்து நிறுத்தினார்.

அவ்வளவுதான்!

விடுமுறை நாளுக்கே உரிய அசமஞ்சத் தனம் நொடியில் அகன்று போக, ஏக காலத்தில் எல்லோரும் சுறுசுறுப்பானோம்.

சாவகாசமாய் குளிக்கக் கிளம்பிய அம்மா பதறிக் கொண்டு ஓடி வந்தாள். நிதானமாய் காய் நறுக்கிக் கொண்டிருந்த மன்னி அரிவாள்மணையை ஓரமாகத் தள்ளி விட்டு, ஒரே எட்டில் அறை வாசலில் வந்து நின்றாள்.

அப்போதுதான் எழுந்து வாயில் 'டூத் ப்ரஷ்'ஷுடன் கீழே கிடந்த 'ஹிந்து'வை கையில் எடுக்கக் கூட முடியாத சோம்பேறித் தனத்தோடு, நின்ற வாக்கிலேயே உடம்பை வளைத்து, தலைப்புச் செய்திகளைப் படிக்க முயன்று கொண்டிருந்த சின்னண்ணா, அப்பா ஏணியைக் கையிலெடுத்ததும் அவசர மாக வாய்க் கொப்பளித்து விட்டு காப் பியைக் கூட மறந்து விட்டு பின்னாடியே ஓடி வந்தான்.

பாட்டி கையில் வெற்றிலை உரலோடு எல்லாருக்கும் முன்னாடி ஆஜர்.

ஒரு ஹால், ஒரு பெட்ரூம், ஒரு சமைய லறை கொண்ட அந்த சின்ன வீட்டில் நாங்கள் வசிக்கிறோம்.

நாங்கள் என்பதில் பாட்டி, அப்பா, அம்மா, பெரிய அண்ணா, மன்னி, சின் னண்ணா, நான் ஆகியோர் அடக்கம். இதில் மன்னி சமீப கால சேர்க்கை.

இந்த சின்ன வீட்டின் முக்யமான அம்சம், பெட்ரூமிலுள்ள பெரிய பரண்தான்: எங்க பாட்டி பாஷையில் சொல்வதானால், ஏழெட்டு பேர் நல்லா கையைக் காலை நீட்டிப் படுத்துத் தூங்கும் அளவுக்கு நீள, அகலமான பரண்.

பிறகென்ன?

வேண்டாத உடனே தேவைப்படாத நாளைக்கு ஒரு வேளை வேண்டியிருக்குமோ போன்ற பலதரப்பட்ட சாமான்கள் அங்கே அடைக்கலமாகியிருந்தன.

இதைத் தவிர எங்களுடைய தனிப்பட்ட சொத்துக்கள் அவரவர்களால் தனித்தனி யாக பத்திரமாக வைக்கப்பட்டது. ஒளித்து வைக்கப்பட்டது முதலியவைகள்.

'அரியர்ஸ்' வருமோ என்ற பயத்தில் சின்னண்ணா அடுக்கி வைத்திருக்கும் காலேஜ் புத்தகங்கள். நோட்ஸ்கள். இதைத் தவிர திடீர், திடீரென்று வரும் கற்பனா சக்தியின் உந்துதல்களால் அவன் வரைந்து தள்ளியிருக்கும் ஓவியங்கள்.

அரைகுறை எலக்ட்ரீஷியனான பெரி யண்ணா ஓர் அலுமினியப் பெட்டி நிறைய வைத்திருக்கும் துண்டு ஒயர்கள், போல்ட், நட்டுகள்.

என்னுடைய வருடாந்திர பள்ளி ஆல் பங்கள், தேசத்தலைவர்கள், பூக்கள் விலங் குகள், போக்குவரத்து சாதனங்கள் என்று பல் வேறு தலைப்புகளில். இதைத் தவிர என்னுடைய பழைய பொம்மைகள், சொப் புகள் அடங்கிய ஓலைப் பெட்டி.

அக்கா பக்கம் பக்கமாய் எழுதித் தள்ளி யிருக்கும் கருக்கெழுத்து நோட்டுகள். அதைத்தவிர அவள் எப்பொழுதும் பூட் டியே வைத்திருக்கும் ஒரு சின்ன சூட்கேஸ். கொஞ்சம் சினிமாப் பைத்தியமான அவள் சினிமாப் பாட்டு புத்தகங்களையெல்லாம் வாங்கி சேர்ப்பவள். அப்பாவுக்கு பயந்து அவற்றையெல்லாம் இந்த சூட்கேஸில் வைத் திருக்கிறாள் என்பது எங்கள் யூகம். அழுத் தக்காரி! என்ன, எது என்று வாயை விட்டு விட மாட்டாள்.

அம்மா தன் பங்குக்கு ஒரு மரப் பெட்டி



நிறையச் சேர்த்து வைத்திருக்கும் அந்தக் கால விகடன், கல்கி பைண்டிங்குகள்.

இதைத் தவிர அக்காவும் நானும் ஓட்டிய மூன்று சக்கர சைக்கிள் ஒன்று (அம்மா பேரப் பிள்ளைக்காக பத்திரப் படுத்தி வைத்திருப்பது).

பாட்டி பத்திரப்படுத்தி வைத்திருப்பவைகளில் முக்யமானது, தாத்தாவோட (காசி யாத்திரை தடியோ!) பாட்டியும் தாத்தாவும் சேர்ந்து எடுத்துக் கொண்ட ஒரே ஒரு போட்டோவும்தான்.

அந்தக் கால ஸ்டைலில் தாத்தா நாற்காலியில் கம்பீரமாய் உட்கார்ந்திருக்க, பாட்டி பின்னால் புடைவைத் தலைப்பைப் போர்த்திக் கொண்டு நாற்காலியைப் பிடித்துக்கொண்டு நின்றிருக்கும் போட்டோ. ரொம்ப நாள் ஹாலில்தான் மாட்டியிருந்ததாம். தாத்தா போனதும், அவர் போட்டோவை மட்டும் பெரிசு பண்ணி சாமி படங்களோடு மாட்டிவிட்டு இதை அப்பா கழட்டிப் போட்டுவிட பாட்டி அதை பத்திரமாக ஒரு பழைய பைக்குள் வைத்து பரணில் ஏற்றி விட்டாளாம். அம்மா எப்போதாவது கொலு சாமான்களோ அல்லது கார்த்திகைக்காக அகல் விளக்குகளோ எடுக்கப் பரண் மேல் ஏறும் போது பாட்டி, அந்தப் போட்டோவை எடுத்துக் கொடுக்கச் சொல்லி பஞ்சடைந்த கண்கள் 'அந்த நாளைய' ஞாபகங்களில் லயிக்க கொஞ்ச நேரம் பார்த்துக் கொண்டிருந்து விட்டுத் தர திரும்ப அது பத்திரமாக பரணில் அடைக்கலமாகும்.

பெரிய பெரிய துணி மூட்டைகளில் சின்னதாய்ப் போன பேண்ட், ஷர்ட்டுகள், கிழிசல் புடைவைகள், ஜாக்கெட்டுகள் என்று ரகவாரியாக இருந்தன. சின்னண்ணா 'போரடித்தால்', திடீரென்று பெரியண்ணாவின் பழைய ஷர்ட் ஒன்றை அந்த மூட்டையிலிருந்து எடுத்துப் போட்டுக் கொண்டு காலேஜ் போவான்.

ஆக மொத்தம் எங்களைப் பொறுத்த வரை பரணில் வேண்டாதது எதுவுமே இல்லை.

வருடத்திற்கொருமுறை போகிக்கு முன்பாக எப்பொழுதும் 'பரண் ஒழிக்கும் படலம்' நடைபெறும்.

அப்பாவுக்கு ஞாபகம் வருவதற்கு முன்பாக அம்மாவோ, பெரிய அண்ணாவோ ஏறி ஒட்டடை அடித்து, சாமான்களை கொஞ்சம் இடம் மாற்றி வைத்து எலிப் புழுக்கைகள், பல்லிப் புழுக்கைகளைப் பெருக்கித் தள்ளி விட்டு இறங்கி விடுவார்கள்.

இந்த முறை அப்பா காரியத்தில் இறங்கி விடவே எல்லோருக்கும் உதைப்பு.

அப்பா சுபாவம் அந்த மாதிரி!

இன்றைய தேதியில் உபயோகப்படாத எந்த ஒரு சாமானையும் வீட்டில் வைத்துக் கொள்ள அப்பா சம்மதிக்கவே மாட்டார். ஒன்று தானமாகக் கொடுத்து விடுவார். இல்லை, தூக்கி எறியத் தயங்கவே மாட்டார்.

''என்ன இது? வீடா இல்லை ஏதாவது ம்யூஸியமா? ஒரே குப்பை சாமான்களாய் சேர்த்து வைத்துக் கொண்டு.''

மேலிருந்து வீசப்பட்டப் புத்தகங்களை அக்கறையாய் 'காட்ச்' பிடித்த சின்னண்ணா அவை அக்காவின் நோட்டுகள் என்று தெரிந்ததும், அதே வேகத்தில் அவள் பக்கமாய் அவற்றை எறிந்தான்.

''என்ன இது சவப் பெட்டியாட்டம்?''

அம்மாவுக்குக் கோபத்தில் முகம் ஜிவுஜிவுத்தது. அம்மாவின் பிறந்த வீட்டில் வாங்கிக் கொடுத்த அந்தக் கால ட்ரங்க் பெட்டி கறுப்புக் கலரில் ஒரு தனி சைஸ் நீளமாயிருக்கும்.

''வாயில ஒரு நல்ல வார்த்தை கூட வராதே'' என்று முணுமுணுத்தவள், ''அதை அங்கேயே வையுங்கோ. அதில கொலு பொம்மைகளெல்லாம் இருக்கு'' என்றாள்.

''கல்யாணமாகி நாற்பது வருஷமாகப் போறது. இன்னும் இந்த கண்றாவிப் பொட்டியெல்லாம் வச்சிண்டு. கர்மம்! கொலு பொம்மைகளை பழைய சூட்கேஸ் எதிலயாவது வைக்கிறதுதானே?''

''கல்யாணமாகி நாற்பது வருஷம் ஆயிடுத்துங்கிறதுக்காக நா எங்கேயாவது போயிட்டேனா? நா இன்னும் இந்த வீட்ல தானே இருக்கேன்? அந்தப் பொட்டியும் இங்கேயே ஞாபகார்த்தமாய் இருந்துட்டுப் போறது'' என்றாள் அம்மா வீம்பாய்.

அப்பாவுக்குக் கோபம் ஏறியது.

''பதில் பேசாதே! இந்த போகிக்குள்ள இதையெல்லாம் தூக்கி எறியலேனா, போகிக்கு ஒன்னையே கொளுத்திடுவேன், பார்த்துக்கோ. ஞாபகார்த்தமாம்! வீடு முழுக்கக் குப்பையைச் சேர்த்து வச்சிண்டு!'' உறுமினார்.

''இந்தக் குப்பை யாரோடது?'' என்று ஒரு பிடிபோன ஒயர்க் கூடையைத் தூக்கி

**ரவை பகோடா:**

- ரவை — ½ கப்,
- தயிர் — ¼ கப்,
- பச்சை மிளகாய் — ஒன்று,
- கறிவேப்பிலை — 3,
- சீரகம் — ¼ தேக்கரண்டி,
- எண்ணெய் — ½ தேக்கரண்டி,
- உப்பு — தேவைக்கேற்ப,
- தண்ணீர் — ¼ கப்,
- எண்ணெய் — பொரிக்க,

**செய்முறை:**

ரவை, பொடியாய் நறுக்கிய பச்சை மிளகாய், கறிவேப்பிலை, தயிர், சீரகம், உப்பு, தண்ணீர், எண்ணெய் (½ தேக்கரண்டி) போன்றவற்றைப் போட்டுக் கெட்டியாகப் பிசைந்து கொள்ளவும். பிசைந்த மாவை அரை மணி நேரம் விட்டு வைக்கவும். எண்ணெயைக் காய்ச்சி, மாவைப் பகோடா போல் எண்ணெயில் போட்டுச் சிவக்கும் வரை வறுக்கவும்.

எறிய அறை முழுக்க 'இன்லண்ட் கவர்' மழை பொழிந்த மாதிரி இருந்தது.

கல்யாணமான ஆறு மாசமாய் பெற்றோர்களும், உடன் பிறந்தோர்களும் அருமையாகப் பாசத்தைக் கொட்டி எழுதிய கடிதங்கள் அவை.

தன் மனிதர்களையே அப்பா தூக்கி எறிந்தாற் போல சோகமான முகத்தோடு, மன்னி அந்தக் கடிதங்களைப் பொறுக்கி எடுத்துக் கொண்டு அந்த இடத்தை விட்டு நகர்ந்தாள்.

"இதைப்பாரு! பெரிய ரவிவர்மா ஓவியம் பாழாப் போறாப்பல! தூக்கிப் போடு குப்பையில!"

இன்னொரு 'அரஸ்' ஆக உருவாகி இருக்க வேண்டிய என் சின்னண்ணா சிற்றரசு மௌனமாய் தன் படைப்புகளைப் பொறுக்குவதில் முனைந்தான்.

"இது எதுக்கு? அது எதுக்கு?" என்று அப்பா தூக்கிப் போட்ட ரக வாரியான சாமான்களும் விழுந்த வேகத்திலேயே அந்த ரூமிலிருந்து மறைந்து கொண்டிருந்தன.

"எல்லாத்தையும் குப்பையில போட்டாச்சா?" என்று சந்தேகமாய் ஒருமுறை அறை முழுக்கப் பார்வையை ஓட்டினார்.

உலக்கை சத்தத்தோடு சத்தமாய் பாட்டி ஏதோ பதிலை முனகினாள்.

அடுத்த வீட்டு மாமாவிடம் எக்ஸ்பிரஸ் பேப்பர் வாங்கக் கிளம்பினார் அப்பா.

பிரதமராக சந்திரசேகர் எவ்வளவு காலம் நீடிப்பார் என்பதைப் பற்றி அங்கே சூடாக விவாதம் நடந்து கொண்டிருந்த போது, இங்கே பரபரப்பாகக் காரியம் ஆகிக் கொண்டிருந்தது.

அடுக்களையில், அரிசிப் பீப்பாயில் மேஜையடியில், அலமாரியில், என்று ஆங்காங்கே ஒளித்து வைத்திருந்த ஒவ்வொரு சாமான்களாகக் கொண்டு வந்து ஏணிப் படிகளில் நின்றிருந்த பெரியண்ணாவிடம் கொடுக்க, பழையபடி எல்லா சாமான்களும் ஒன்றன் பின் ஒன்றாய் பரணில் ஏறி சாதுவாய் மறைந்து கொண்டன.

"எல்லாத்தையும் நல்லா உள்ள தள்ளி வைடா! ஓங்கப்பா கண்ல பட்டுத் தொலைக்கப் போறது!" என்று அம்மா எச்சரித்தாள்.

"இந்த அப்பா சுத்த மோசம்! மத்தவாளோட உணர்ச்சிகளைப் பத்தி கொஞ்சங் கூட நெனைச்சே பார்க்க மாட்டார். சரியான சர்வாதிகாரி சதாம் உசேன்" என்று முணுமுணுத்துக் கொண்டே சின்னண்ணா தன் 'ஸ்கெட்ச்'களை அடுக்கிப் பெரியண்ணாவிடம் கொடுத்தான்.

"ஆமாம்மா! பாவம் மன்னி கண்ல ஜலமே வந்துடுத்து" என்றாள் அக்கா.

"என்ன பண்றது சொல்லு! இத்தனை வருஷத்துக்கப்புறமா உங்கப்பாவுக்கு இந்த இங்கிதமெல்லாம் தெரியப் போறது? விடு! விடு!" அம்மா எல்லாரையும் பொதுவாகத் தேற்றினாள்.

பரண் மூலையிலிருந்த ஒரு சதுரமான தகரப் பெட்டியை எடுத்துக் குலுக்கினான் பெரியண்ணா.

"நீ ஏதாவது வச்சிருக்கியா இதுல?"

"சே! சே! நா. இந்தப் பொட்டியப் பார்த்ததே இல்லை" என்று ஒவ்வொருத்தராய் மறுக்க.

"இப்பிடிக் கொண்ட அதை" என்று பாட்டி கையை நீட்டினாள்.

நான்தான் சிரமப்பட்டு நகர்த்திக் காண்பித்தேன்.

அந்த கால 'மசேன்' மருந்து தகரடப்பா நிறைய விதவிதமான கோலிகள் பலவித வண்ணங்களில்.

"உங்கப்பாவோட ஆஸ்திடா இது. பத்திரமா எடுத்து வை" என்று பொக்கை வாயை மூடிக் கொண்டு சிரித்த பாட்டியை எல்லோரும் திகைப்போடு சூழ்ந்து கொண்டோம்.

"உங்க தாத்தாக்கு இந்த கோலி விளையாட்டெல்லாம் கட்டோடு பிடிக்காது. உங்கப்பாவோ கோலிவிளையாட்டுலசூரன். ஒத்த கோலிய எடுத்துண்டு போய் விளையாடி ஒரு பொட்டி நிறைய கோலி ஜெயிச்சிண்டு வருவான். அதுல ஒண்ணைக் கூட யாருக்கும் தரவும் மாட்டான். இந்தப் பொட்டிய யாராவது தொட்டாக்கூட பிடிக்காது அவனுக்கு. அப்படி ஒளிச்சு ஒளிச்சு வெப்பான். இன்னும் அப்படியே வச்சிண்டிருக்கான் பாரேன்."

யார் முதலில் சிரிக்க ஆரம்பித்தோம் என்று ஞாபகமில்லை. அந்த அறையே அதிர்ந்தது எங்கள் அனைவருடைய சிரிப்பொலியில். சிரிப்பு மிகுதியில் நானும் சின்னண்ணாவும் வயிற்றைப் பிடித்துக் கொண்டோம்.

மன்னியின் இதழோரத்திலும் புன்முறுவல் எட்டிப் பார்த்தது.

**செமோலினா ரொட்டி:**

ரவை — ¾ கப்.
சீரகம் — ½ தே. க.,
டால்டா — 2 மே. க.
துருவிய தேங்காய் — 2 மே. க.
முழு மிளகு — ½ தே. க.
உப்பு — தேவைக்கேற்ப.
தண்ணீர் — ¼ கப்.

செய்முறை:

ரவை, முழு மிளகு, சீரகம், துருவிய தேங்காய், உப்பு, தண்ணீர் போன்றவற்றைப் போட்டுக் கெட்டியாகப் பிசைந்து கொள்ளவும். பிசைந்த மாவைச் சிறு உருண்டைகள் செய்து கொள்ளவும். தோசைக் கல்லைச் சூடாக்கி, டால்டாவை மெலிதாக அதன் மேல் தடவி, உருண்டைகளை ஒவ்வொன்றாய், தவா மீது போட்டு ரொட்டி போல் தட்டிக் கொள்ளவும். ரொட்டியை ஒரு தட்டால் மூடி, ஒரு பக்கம் மட்டும் மெல்லிய தீயில் சுட்டுக் கொள்ளவும்.



"என் குடும்பம் டிபன் நேரத்தை
ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறது, நானும் கூட.
டிடிகே ரைஸ் சேவைக்கு நன்றி."
புஷ்பா - குடும்பத்தலைவி.
மிக சௌகரியம். மிக மிக எளிது. டிடிகே அளிக்கும் மற்றுமொரு தரமான தயாரிப்பு.
நான் செய்வதெல்லாம் தண்ணீரில் சேவையை அமிழ்த்துவதுதான். தாளித்துப் பரிமாற உடனடியாக சேவை தயார்.
இப்பொழுதெல்லாம் என் குடும்பம் சுவையான டிபன் வகைகளை ஒவ்வொரு நாளும் பெறுகிறது.
ஒவ்வொரு 500 கிராம் பாக்கெட்டினுள்ளும் இலவச உணவுக்குறிப்புப் புத்தகம் உள்ளது.
500 கிராமின் விலை ரூ. 12/-
Rice Sevai
200 கிராமிலும் கிடைக்கிறது.
ரைஸ் சேவை
சுவை அபாரம்
செய்வதில்
இல்லை பாரம்!
TTK தயாரிப்பு
MAA COMMUNICATIONS 1338 TAM

மனச்சிதைவு — 3

# சந்தியா

சந்தியா உள்ளே சென்றதும் கதவு சாத்தப்பட்டது. கும்மென்ற மல்லிகை மணம் மூக்குக்குள் அபாரமாகப் பிரவேசித்தது. சந்தியாவுக்கு மல்லிகைப்பூ என்றாலே கொஞ்சம் அலர்ஜி. மல்லிகைப் பூ மட்டுமல்ல; வழுக்கைத் தலை கொண்ட மனிதர்களைப் பார்த்தாலும் ஏனோ அவளுக்கு அவ்வளவாகப் பிடிப்பதில்லை.

"என்ன சந்தியா அங்கேயே நின்னுட்ட? வெக்கமா?" என்றவாறு தன் முன்பக்க வழுக்கையைத் தடவியவாறு கட்டிலில் இருந்து எழுந்து வந்து அவளை நெருங்கினான் ராஜன்.

சந்தியாவின் மனதுக்குள் எழுந்த நெருப்பு ஜ்வாலையை யாரோ விசிறி விட்டது போலிருந்தது. "இவர் என் கணவர். முடி கொட்டியிருந்தாலும் சரி, எங்களுக்குள் வயது வித்தியாசம் அதிகமாக இருந்தாலும் சரி, இது எங்களது முதல் தனிமைச் சந்திப்பு. இதில் வெறுப்பு வர விடக்கூடாது." தன்னை அடக்கிக் கொள்ள சந்தியா மிகவும் முயற்சி எடுத்துக் கொண்டாள். அம்மா சொல்லிக் கொடுத்திருந்தபடி ராஜனுக்கு நமஸ்காரம் செய்ய நினைத்தாள் முடியவில்லை — அவனது இரண்டு கைகளும் அவளை அழுத்தமாகத் தூக்கிக் கொண்டு கட்டில் பக்கம் சென்றன.

"ஐயோ" என்ற சத்தலைக் கேட்டு வைதேகி திடுக்கிட்டாள். சாந்தி முகூர்த்த அறையிலிருந்து வந்தது ராஜனின் குரல் தான். பாம்பு, தேள் ஏதாவது கடித்து விட்டதா? போன வாரம் கூட சமையலறையில் ஒரு கட்டுவிரியனைப் பார்த்தது ஞாபகத்துக்கு வர, உறக்கத்தின் ஆரம்ப கட்டங்களில் இருந்த தன் அண்ணன் சுந்தரேசனை உலுக்கினாள். "அண்ணா, ராஜன் எதுக்கோ பயந்துக்கிட்டுக் கத்தற மாதிரி இருக்குது. என்னன்னு கொஞ்சம் பாருங்க."

"என்னம்மா நீ வேளை காலம் இல்லாமல்..." என்று ஒரு சிறு கொட்டாவியுடனும், சங்கடமான சிரிப்புடனும் எதையோ சொல்ல ஆரம்பித்த சுந்தரேசனின் வாக்கியம் பாதியில் தடைப்பட்டது. ராஜனின் குரல் மீண்டும் உரத்துக் கேட்டது. "சந்தியா, என்னை விட்டு விடு."

கதவு உடைக்கப்பட்டபோது சந்தியா ஒரு ஸ்டூலின் மீது ஏறி நின்று கொண்டிருந்தாள். அவள் கையில் பழம் நறுக்குவதற்காக வைத்திருந்த கத்தி. கட்டிலின் பின்புறம் ஒளிந்து நடுங்கியபடி ராஜன்.

சந்தியாவின் அம்மா அவளது தோளைப் பிடித்து உலுக்கினாள். "என்னடீ ஆச்சு உனக்கு? எதனாலே அப்படி ஊரே சிரிக்கிற மாதிரி நடந்துக்கிட்டே? சீக்கிரம் பதில் சொல்லித் தொலையேன்."

சந்தியாவின் கண்கள் எங்கோ இலக்கின்றி வெறிக்க, அவளது உதடுகள் மெல்ல முணுமுணுத்தன. "மிருகம். காட்டு மிருகம்."

அம்மா ஓரளவு புரிந்து கொண்டாள். ஏற்கெனவே சந்தியாவின் உடல்நிலையை வைத்து அவளால் கொஞ்சம் யூகிக்க முடிந்திருந்தது. "இருக்கட்டும்மா. என்னதான் மாப்பிள்ளை முரட்டுத்தனமாக நடந்துக்கிட்டாலும் கத்தியையா எடுத்துக்கிறது? இனிமேல் நீ அங்கே வரவே வேணான்னுட்டு உங்க மாமியார் சொல்லிட்டுப் போயிட்டாங்களே. உன்னைப் பைத்தியக்காரின்னு தானே உலகம் நினைக்கும்?" அடுக்கிக் கொண்டே போன அம்மாவின் மனத்தில் கிளம்பிய ஒரு சிறு பொறி பெரிய வடிவத்தில் பயமுறுத்தும் விதமாகப் படர்ந்தது. ஒரு வேளை தன் பெண்ணுக்கு மூளைக் கோளாறோ?

நான்கு மாதங்களுக்கு முன் நடந்தது பளிச்சென்று நினைவுக்கு வந்தது.

"என்ன சந்தியா இது. இவ்வளவு சம்பளம் வர வேலையை யாராவது ராஜினாமா செய்வாங்களா? உனக்கு அப்படி என்ன கஷ்டம்? அதையாவது சொல்லு."

"அம்மா. எனக்கு எங்க ஆபிசிலே இந்நேரம் சீனியர் கிளார்க்காகப் பதவி உயர்வு கிடைச்சிருக்கணும். எல்லாரும் இல்லாததும் பொல்லாததும் சொல்லி எனக்கு அந்தப் பிரமோஷன் கிடைக்காமல் செய்துட்டாங்க. அந்தச் சூழ்நிலையிலே என்னாலே இனி மேலும் வேலை செய்ய முடியாது."

என்னடி சொல்றே?

"நேற்றைக்குக் கூட என் பக்கத்து சீட் பாலசுந்தரம் சூப்பர்வைசர் கிட்டே என்னைப் பற்றிக் கேவலமாகப் பேசினாம்மா. அவன் மட்டுமில்லே. பியூன் உசேன், சாந்தி. மேனேஜர் எல்லாருமே என்னைப் பற்றி அசிங்கமான வதந்திகளைப் பரப்புறாங்கம்மா."

அம்மா தன் கணவரைக் கூப்பிட்டாள். "இந்த மாதிரியான சூழ்நிலையிலே நம்ம சந்தியா அந்த ஆபிசிலே வேலை செய்ய வேண்டாங்க. அவ ராஜினாமா செய்துடட்டும். போன வாரம் ஒரு ஜாதகம் வந்ததே. அதுதான் வயது வித்தியாசம் கொஞ்சம் அதிகம் இருக்குதேன்னு தயங்கினீங்களே. அந்த வரனையே இவளுக்கு முடிச்சுடலாம்."

'போன வாரம் கூட சந்தியாவின் ஆபிசில் வேலை செய்த பாலசுந்தரத்தைப் பார்த்தோமே. ரொம்பவும் நல்ல மாதிரி தெரிந்தானே. சந்தியா ராஜினாமா செய்ததற்கும். அவளது கல்யாணப் பத்திரிகையை அது வரை அவனுக்கு அனுப்பாததற்கும் அவன் வருத்தப்பட்ட போது அதில் பாசாங்கு எதும் தெரியவில்லையே.'

யோசனையில் ஆழ்ந்த அம்மா அடுத்த நாளே புத்திசாலித்தனமானஒருகாரியத்தைச் செய்தாள் — அந்தப் பகுதியில் இருந்த மனவியல் மருத்துவர் ஒருவரிடம் சந்தியாவை அழைத்துச் சென்றாள்.

"டாக்டர், என் கணவனை விட்டு வந்து கிட்டத்தட்ட ஒரு வருஷமாகுது; நான் அவரோட வாழ விரும்புகிறேன்" என்றவாறு விசும்பிய சந்தியாவின் தோள்களை டாக்டரம்மா தட்டிக் கொடுத்தார். "நீ இப்போ நல்லா குணமாயிட்டே. தாராளமாக உன் கணவரோடு நீ சேர்ந்து வாழலாம். அனாவசியமாக டென்ஷனாகாதே."

"எப்படி டாக்டர் டென்ஷனாகாமல்



இருக்க முடியும்?'' என்றபடி தன் கைப் பையில் இருந்து ஒரு தாளை எடுத்து நீட்டினாள் சந்தியா. அது ஒரு வக்கீல் நோட்டீஸ். மூளைக் கோளாறுள்ள ஒரு பெண்ணுடன் தன் கட்சிக்காரரால் வாழ முடியாதென்பதால் சந்தியாவை ராஜன் விவாகரத்து செய்ய முடிவு செய்து விட்டதாகத் தெரிவித்தது அது.

அதற்குப் பிறகு சந்தியாவின் நிலைமை மோசமடைந்தது. திடீரென்று அவள் அறைக்குள்ளேயே அடைந்து கிடக்க ஆரம்பித்தாள். பாத்ரூம் கூட இரவில் மட்டுமே போனாள். சிகிச்சைக்குத் தொடர்ந்து அவள் வராமல் போக, விஷயத்தைக் கேள்விப்பட்ட டாக்டர் தானே அவள் வீட்டுக்குச் சென்ற போதுதான் அவள் மனநிலையில் ஒரு வித புது சிக்கல் உண்டாகியிருப்பது தெரிந்தது. தான் உடைகளை உடுத்திக் கொள்ளாதது போல ஒரு எண்ணம் அவளுக்கு ஏற்பட்டிருந்தது. என்னதான் கைகளால் உடைகளைத் தொட்டுப் பார்த்து உறுதி செய்து கொண்டாலும், அவளது மனம் அமைதி பெற மறுத்தது.

மீண்டும் சிகிச்சை தொடர்ந்தது. ஆனால் ஒரு நாள் அவளது அம்மா தனது உறவினர் ஒருவரை பஸ்ஸில் ஏற்றி விட்டுத் திரும்பிய போது, தன் உடலுக்கு மண்ணெண்ணெய் ஊற்றித் தீ வைத்துக் கொண்ட சந்தியாவின் உயிரற்ற கருகிய உடலைத்தான் காண முடிந்தது.

சந்தியாவைப் பற்றிய நம் கேள்விகளுக்கு விடையளித்தார் மனவியல் மருத்துவர் டாக்டர் தாரா ஸ்ரீனிவாசன்.

* சந்தியா தன் முதலிரவன்று வன்முறையில் இறங்கியதற்கு அவள் கணவனின் முரட்டுத்தனம்தான் காரணமா?

சந்தியாவுக்கு ஏற்கனவே மனச்சிதைவு நோய் ஆரம்ப நிலையில் இருந்திருக்கிறது. அவள் வேலையை ராஜினாமா செய்ய முயற்சித்தபோது ''எந்தத் தப்பும் செய்யாத தன் பெண்ணைப் பற்றி அலுவலகத்தில் இவ்வளவு பேர் தவறாகப் பேசுவார்களா?'' என்பதை அவள் அம்மா யோசித்திருந்தால் தன் பெண்ணின் சிந்தனைகளில் ஏதோ கோளாறு என்ற முடிவுக்கு வந்திருக்கலாம். தவிர, தன் கணவனின் வழுக்கைத் தலையும், அவனது அதிக வயதும் ஏற்கனவே அவளது மனத்தில் நெருடலை உண்டாக்கியிருக்க, அவனது மிருகத்தனமான அணுகுமுறை அவளை வன்முறையில் இறங்கத் தூண்டியுள்ளது.

* சந்தியாவுக்கு ஏன் உடலில் துணி இல்லாதது போன்ற உணர்வு ஏற்பட்டது?

காதில் குரல் கேட்பது மட்டுமல்ல; இது போன்ற உணர்வுகளும் மனச்சிதைவு நோயின் ஒரு வகைதான். டி – பர்சனலைசேஷன் என்ற நிலையின் ஒரு வடிவம் இது. சந்தியாவுக்கு உடலில் துணிகள் இல்லாதது

போன்ற பிரமை ஏற்பட்டது போலவே வேறு சிலருக்குத் தங்கள் தலையில் மூளையே இல்லாதது போலவும், அதற்குப் பதில் அந்தஇடத்தில் வெறும்காற்று மட்டுமே உள்ளது போலவும் தோன்றும். வேறு சிலர் தங்கள் இரண்டு காதுகளும் இருவித வித்தியாசமான வடிவங்கள் கொண்டுள்ளதாக நினைத்துக் கொள்வார்கள். வேறு சிலரோ தங்களில் ஒரு பாதி தங்கள் உடலுக்கு வெளியே இருப்பது போல் உணர்வார்கள். இவற்றை **body image disturbance** என்போம்.

சந்தியா தான் மறுநாள் நீதிமன்றம் போக வேண்டுமே என்ற நிலையில்தான் தற்கொலை செய்து கொண்டாள். பொதுவாகவே அத்தகைய ஒரு நிலை பெண்களுக்குப் பதட்டத்தை உண்டாக்கும். சந்தியாவோ வெற்றுடம்போடு ஆண்களுக்கு மத்தியில் நிற்க வேண்டிவருமே என்று தானே உண்டாக்கிக் கொண்ட பிரச்னை வளையத்தில் வேறு சிக்கியிருந்தாள். அதன் விளைவுதான் இந்தப் பரிதாபகரமான முடிவு."

சந்தியாவின் புகுந்த வீட்டில் மனிதாபிமானம் இல்லாமல் நடந்து கொண்டார்கள் என்றுதான் நான் சொல்வேன். குணமடைந்து வந்தவளை அவர்கள் ஏற்றுக் கொண்டிருந்தால் இந்த அவலத்தைத் தடுத்திருக்கலாம்.

*சந்தியாவின் நிலைமையைப் புரிந்து கொண்டு அனுதாபப் படமுடிகிறது. ஆனால் மனச்சிதைவு நோயாளிகளில் அந்நோயிலிருந்து 100% குணமடைந்து விட்டதாக யாரையும் சொல்ல முடியாது; ஏனென்றால் தவறான சூழ்நிலை அமைந்தால் அந்நோய் திரும்ப வாய்ப்புண்டு என்கிறார்கள். இந்த நிலையில் எந்த நிலையிலும் தன் மனைவி வன்முறையில் இறங்கலாம் என்ற சூழலில் ஒருவனால் அவனுடன் நிம்மதியாகக் குடும்பம் நடத்த முடியுமா?

"ஒரு கோணத்திலிருந்து பார்த்தால் நீங்கள் சொல்வது நியாயம். என்றாலும் எங்களைப் போன்ற மனவியல் மருத்துவர்கள் தங்களது சிகிச்சையில் நோயாளி குணமடைந்து விட்டதாகச் சொன்னால் சந்தியாவைப் போன்றவர்களின் கணவர்மார்கள் அவர்களை ஏற்றுக் கொள்வதுதான் நியாயம். மனச்சிதைவால் பாதிக்கப்பட்ட ஆணை விட்டு அவனது மனைவி பெரும்பாலும் பிரிந்து போவதில்லை என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

அது மட்டுமல்ல. இத்தகைய பெண்களைப் பிறந்த வீட்டுக்கு அனுப்பும் ஆண்கள் வரதட்சிணையாகவும், சீராகவும் தாங்கள் வாங்கி அடுக்கிக் கொண்டவற்றில் ஒரு பகுதியைக் கூடத் திரும்பிக் கொடுப்பதில்லை என்ற போக்கும் வருந்தத்தக்கது. முதல் கட்டமாக ஆண்கள் தங்களது இத்தகைய போக்குகளையாவது மாற்றிக் கொண்டால் தேவலாம்."

— அருண் சரண்யா.

# யார் மீதும் குற்றமில்லை!

என்ன நோய் என்று எளிதில் கண்டு பிடிக்க முடியாத போது, டாக்டர் கூட எரிந்து விழுகின்றார் — நோயாளி மீது.

குடும்பத்திலும் இதே கதைதான். குழந்தைக்குப் பதினைந்து நாளாக வயிற்றுப் போக்கு. பல மருந்துகள் கொடுத்தும் கேட்க மாட்டேங்கிறது. கடந்த இரண்டு நாட்களாகச் சரியாக இருந்தது. இன்று மீண்டும் காலையிலே வயிறு கழியத் தொடங்கி விட்டது. "நேற்று ராத்திரி ஏன் அருருட் மாவு கொடுக்கலை? கூட ஒருநாள் கொடுத்தா குறைஞ்சா போகும்? கொஞ்ச மேனும் யோசனை கிடையாது" என்று தந்தை எரிந்து விழுகின்றார் — தாய் மீது.



காரணம் தெரியாமல் தவிப்பதை யாராலும் தாங்கிக் கொள்ள முடியாது. மனக் கட்டுப்பாட்டிற்குப் பெயர் போனவர்கள் டாக்டர்கள். அவர்கள் கூட தீராத நோய்களைக் கவனிக்க நேரும்போது, ஏதேனும் சம்பந்தமில்லாத ஒன்றைக் காரணம் காட்டி திருப்தியடைகின்றனர். நமது குடும்பத் தலைவர் வேறு விதமாகவா நடந்து கொள்வார்?

வயிற்றுப் போக்குக்கு என்ன காரணம், எப்படி நிறுத்துவது என்று தெரியவில்லையே என்ற மனச் சஞ்சலத்தினால் தான் கணவர் தேவையில்லாமல் தன் மீது கோபப்படுகின்றார் என்று பெருந்தன்மையோடு பொறுத்துக் கொள்கின்றாள் தாய்.

என்றாலும், சப்பைக்கட்டு சூழ்நிலையைச் சரிக்கட்டாது.



குடும்பச் செலவுகள் நெருக்கும் போது, எப்படிக் கட்டுப்படுத்துவது என்ற காரணம் தெரியாத போது, அவசரப்பட்டு மனைவி மீது கோபப்படுவதோ, அவள் ஆசைப்பட்டு இரண்டு மாதத்திற்குப் பிறகு எடுத்த ஜாக்கெட் துணி ஒரு வீண் செலவு என்று கடிந்து கொள்வதோ நிலைமையைச் சரி செய்யாது! ஒருவரைக் காரணம் காட்டி — குற்றம் சொல்லி — ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் பொய்யான திருப்தி நீண்ட நாள் நிலைக்காது. எண்ணெய் வாங்கி வாருங்கள் என்று மனைவி சொல்லும் நாள் எல்லா விலையும் இரட்டிப்பாகி இருக்கிறது என்பது தெரிந்து விடும்.

முக்கியமானது என்னவென்றால், ஒருவரைக் குற்றம் சொன்னதும் (காரணம் காட்டியதும்) சிந்தனை நின்று விடுகின்றது. பிரச்னையை அதற்கு மேல் ஆராய வேண்டிய

இல்லை என்ற 'நினைவு' வந்து விடுகின்றது.

ரமாவிற்கு வீட்டு வேலைகள் மீது வெறுப்பு. குழந்தையைக் கண்டாலும் எரிச்சல். தன் கணவன் தன்னை அடிக்கடி வெளியே அழைத்துச் செல்வதில்லை என்று அவரைக் காரணமாகச் சொல்கின்றாள். "என்னை என்ன செய்யச் சொல்கிறாய்? கம்ப்யூட்டர்களை ஆபிசில் கொண்டு வந்திருக்கிறார்கள். அவற்றைக் கற்றுக் கொள்வதே பெரும் பாடாக இருக்கிறது" என்று அவன் சொல்கின்றான். "உங்களுக்காவது புதிதாக ஒன்றைக் கற்றுக் கொள்ள வாய்ப்பிருக்கிறதே" என்று உணர்ச்சி வேகத்தில் சொல்லி விட்ட ரமா, பிறகு தன் சொற்களின் முழு அர்த்தத்தையும் எண்ணிப் பார்க்கின்றாள். தன்னைப் புரிந்து கொள்கின்றாள்.

இயந்திர கதியில் எல்லாமே இயங்க விட்டு விட்டது தன் தவறே என உணர்கின்றாள். தானே குழந்தைகளைப் பூங்காவிற்கு அழைத்துச் சென்று செடிகளையும் வண்ணத்துப் பூச்சிகளையும் வேடிக்கை காட்டுகின்றாள். பல விஷயங்களை அவர்களுக்கு விளக்கிச் சொல்லும் ஆசிரியையும் ஆகின்றாள். அவளது உற்சாகம் அவள் கணவனையும் தொற்றிக் கொள்கின்றது.

தண்ணீரில் தத்தளிப்பவன் எதையேனும் பற்றிக் கொள்ள முயல்வது போல், ஒன்றும் புரியாத நெருக்கடியான சூழ்நிலையில் யாரையேனும் காரணம் காட்டி மனதைத் தேற்றிக் கொள்வது இயற்கையே. என்றாலும், யார் காரணம் என்று நினைப்பதிலும், எது காரணம் என்று பார்ப்பதே நல்லது.

தன் பையன் படிப்பில் மோசமாய் இருப்பதற்கு பள்ளியாசிரியையே காரணம் என்று நினைக்கும் போது, ஏதோ வேண்டுமென்றே ஆசிரியை அப்படிச் செய்வது போலத் தோன்றும். படிக்கும் பொறுப்பு பையனையும் சேர்ந்தது, பெற்றோரையும் சேர்ந்தது என்பது அறவே மறந்து விடும்.

எது காரணம் என்று பார்க்கும் போது, ஒவ்வொரு வகுப்பிலும் ஏகப்பட்ட பிள்ளைகள் இருப்பதுதான் படிப்பின் தரம் குறைவதற்குக் காரணம் என்று படும். என்னென்ன நிர்ப்பந்தங்களுக்கு உட்பட்டு ஆசிரியை செயல்பட வேண்டியிருக்கிறது என்று அவள் மீது கனிவு வரும். இந்தச் சிக்கலைத் தீர்ப்பதில் எல்லோர்க்கும் பொறுப்பு உண்டு. பள்ளி நிருவாகம், அரசின் கல்வித்துறை, பொதுமக்கள் — எல்லோருமே கலந்து செயல்பட வேண்டும் என்பது விளங்கும்.

'நீ தான் காரணம்' — 'இல்லை. நீ தான் காரணம்' என்று ஒருவரையொருவர் குற்றம் சொல்லி தற்காலிகமாகத் திருப்தியடைவது தவறான போக்கு. யார் மீதும் குற்றமில்லை, எனக்கும் பொறுப்பு உண்டு என்பதுதான் பரந்த நோக்கு.

— பத்மாவதி.

# சுடர் விழிகளுக்கு
# மங்கல ஒளியேற்றும் கண்மை
# ஐடெக்ஸ்

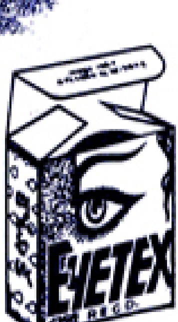
तस्याः सुजातोत्पलपत्रकान्ते प्रसाधिकाभिर्नयने निरीक्ष्य ।
न चक्षुषोः कान्तिविशेषबुद्ध्या कालाञ्जनं मङ्गलमित्युपात्तम् ।।

SARGA-7, SLOKA-20 (KUMARA SAMBHAVAM)

''அணி செய்விக்கும் பெண்கள், நன்கு வளர்ந்துள்ள நீலத்தாமரையின் இதழ்போல் கறுத்து நீண்டு அகன்று இருந்த பார்வதியின் கண்களைக்கண்ட பின்னும் மையைக்கையிலே எடுத்தது, மையிடுதல் மங்களம் என்று கருதியதால் தான், அவள் கண்களுக்கு மை அழகு செய்யும் என்ற கருத்தினால் அல்ல.''

ஸர்க்கம்-7, ஸ்லோகம்-20 (குமாரஸம்பவம் - மஹாகவி காளிதாசர்)




கண்களுக்கு குளிர்ச்சியூட்டும்,
சுகாதாரமான, சாஸ்திரிய முறையில்
தயாரிக்கப்பட்ட கண்மை

ஐடெக்ஸ்
50 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக
உங்கள் நம்பிக்கையின் மகத்தான சின்னம்

அரவிந்த லாபரடரீஸ், சென்னை 600 033.

Imageads 3113

போதைக்கு அடிமையாகாதீர்கள்

அம்மா என்பது பற்றி யசோதாவுக்கு பள்ளிக்கூடமும், வெளி உலகமும், இலட்சியங்களும் பல்வேறு விதமாய் அன்பு உருவமாய் மிக உயர்ந்த விஷயமாய் சொல்லிக் கொடுத்திருந்தன. தாயிற் சிறந்ததொரு கோயில் இல்லை. தந்தை சொல்மிக்க மந்திரமில்லை என்று பழைய மொழிகளை மனம் செய்ய வைத்திருந்தன. ஆனால் யசோதாவின் அம்மா வேறு விதமாய் புதிதாய் இருந்தாள்.

''யசோதா, நீ பாடக் கூடாது. நீ நல்லா; பாடறேன்னு யாரும் வந்து என்கிட்டே சொல்லக் கூடாது. இந்த வீட்ல என்னை விட உசத்தியா வேற யாரும் வரக் கூடாது. அது நான் பெத்த பொண்ணா இருந்தாலும் சரி தலைதூக்க விட மாட்டேன்.''

பதினாறு வயதில்தான் அம்மாவின் முகம் யசோதாவுக்குப் புரிந்தது. இவள் சரியாக இல்லையே என்று தெரிந்தது. ஆனால் எதிர்க்க முடியவில்லை. அப்பாவே எதிர்க்க முடியாத போது தன்னால் முடியுமா பயம் வந்தது.

''என் வொய்ஃப் எம். எஸ். மாதிரி ஒரு அழகு. ரொம்ப கெட்டிக்காரி. அவ மாதிரி சாமர்த்தியம் வேற எந்த பொம்மனாட்டிக்கும் வராது. அவ சொல்றபடி கேட்கறது எனக்குச் சந்தோஷம்'' அப்பா சொல்லுவார்.

நல்ல புருஷனாய் இருப்பதற்கும் பெண்டாட்டிதாசனாய் இருப்பதற்கும் வித்தியாச



முண்டு. ஒட்டு மாஞ்செடி வேறு. ஒட்டுண்ணி வேறு. அப்பா பாரஸைட். முதுகெலும்பு இல்லாத தாவரம். அம்மாவைச் சுற்றிப் படர்ந்த பச்சை. இது புரிய பதினெட்டாயிற்று.

"சாம்பாரா இது... சாம்பார்ல கருப்பிலை போடணும்னு ஒரு பதினெட்டு வயசு பொண்ணுக்குத் தெரியாதா? காலேஜ் போற திமிரு. எப்பப் பாரு கையில புத்தகம். அங்கே உங்கம்மா பிரசவிச்சுட்டு கிழிஞ்ச நாரா கிடக்கறா. அவளுக்கு வாய்க்கு ருசியா சமைச்சுப் போடத் துப்பில்லை. என்ன படிப்பு...?" படித்துக் கொண்டிருந்த புத்தகத்தைப் பிடுங்கி எறிந்தார்.

பத்து நிமிஷம் கழித்து கோபம் தணிந்திருக்கும் என்று பேசப் போன யசோதாவிடம் முகம் கொடுத்துப் பேசவில்லை. பத்து நாள் கழித்தும் பேசவில்லை. அதற்குப் பிறகு யசோதா அவருடன் பேசுவதை நிறுத்தி விட்டாள்.

பாலகுமாரன்



"என்னதான் உடுத்திண்டாலும் உன் குடமிளகாய் மூக்கு திருஷ்டிதான்" அம்மா சொல்ல அப்பா அதிகம் சிரிப்பார். வகுப்பில் முதல் என்று சொன்னால், "நல்லா படிச்சு நிறைய படிச்சு அப்புறம் உனக்கு யார் வரன் தேடறது. உன்னால எனக்குக் கஷ்டம்தான். ஆயிரம் பேருக்கு முன்னாடி பாட்டுப் பாடறதா உன் பாட்டைத்தான் எல்லாரும் கேட்பான்னு என்ன நிச்சயம்? உன்னை உத்து உத்துப் பார்க்க வரலாம். பருவத்துல பன்னி கூட அழகுதான்."

கடவுளே தாயும் தந்தையும் இப்படி இருப்பார்களா? யசோதா வேதனைப்பட்டாள். வெளியே சொன்னால் நம்ப மறுத்தார்கள். அதிகம் சொல்கிறாய் என்றார்கள். அறிந்த பிறகு அதிசயப்பட்டார்கள். ஆராய்ந்த போது அம்மாவின் பிறந்த வீடும், அவளுக்கு வாய்த்த புருஷனும் வாழ்வின் வெம்மையை அவளுக்குச் சுட்டிக்காட்டாது வளர்த்திருந்தது தெரிந்தது. அம்மா அசட்டு அகங்காரியாய், ஆரவார அகங்காரியாய் இருந்தாள். மாற்ற முடியவில்லை. தன்னை வளர விடாது செய்வார்களோ... பயம் தாங்கவில்லை.

இருபத்தியெட்டு வயதில் வீட்டை விட்டு யசோதா வெளியேறினாள். சென்னையின் மிக நல்ல ஹாஸ்டல் ஒன்றில் தங்கினாள்.

இடைப்பட்ட பத்து வருடத்திற்குள் பெற்றெடுத்தவர்களே அவளுக்குப் பல சாபங்கள் கொடுத்தார்கள்.

"என்னை அலட்சியம் பண்றயா. நீ லாரி, பஸ்ல அடிபட்டு சாகணும் அன்னிக்குப் பாயசம் வச்சு பத்து பேருக்குத் தருவேன்."

"உன் வாழ்க்கை நல்லா இருக்கக் கூடாதுன்னு விளக்குப் போடறேன். நல்லெண்ணை விளக்கு."

"இடுப்புக் கீழே தலை மயிர் இருக்கே பகவானே பொல பொலன்னு கொட்டிடணுமே."

இந்த துராங்காரத்தை நம்புவது கடினம். கொஞ்சம் கூட ஈரம் இல்லா பெண்ணா அம்மா என்று சந்தேகம் வரும். ஆனால் அண்டை அசலுக்குத் தெரியும் உள்ளூர் உறவினர்க்குத் தெரியும்.

யசோதா எம். ஏ. முடித்தாள். மிக நல்ல இடத்தில் உயர்ந்த பதவியில் அமர்ந்தாள். உழைத்தாள். உச்சிக்குப் போனாள். அவள் அறிவும் உழைப்பும் பலராலும் பாராட்டப் பட்டன. அம்மாவை விட்டு ஹாஸ்டலில் இருந்த காலகட்டங்கள் ரம்யமானவை. எப்போதாவது கெட்ட கனவாய் அம்மாவின் முகம் நினைவுக்கு வரும். அவளுக்குப் பிடித்த கர்நாடக சங்கீதம் வைத்து அதை மறக்கடிக்கும்.

இருபத்தியெட்டில் காதலித்திருக்கலாம் திருமணம் செய்திருக்கலாம். அம்மாவால்



**கால ஓட்டத்தில்
சில உறவுகள் வளம்பெற்று
வலுவடைகின்றன.**

மூன்று தலைமுறைகளாக சுந்தரம் பைனான்ஸின் டெபாசிட்தாரர்களும் இதே உன்னத உறவை அனுபவிக்கின்றனர்.

இந்த உறவை வலுவூட்டி வளர்ப்பது டெபாசிட்தாரர்களின் நம்பிக்கை. சுந்தரம் பைனான்ஸ், அவர்களது டெபாசிட்டுகளுக்கு முழுமையான பாதுகாப்பு அளிக்கும் என்ற நம்பிக்கை.

வர்த்தக நடவடிக்கைகளில் சுந்தரம் பைனான்ஸ் என்றுமே நேர்மையுடனும், நாணயத்துடனும் செயல்படும் என்ற நம்பிக்கை.

விரைவான சிறந்த சேவையை அளிப்பதில் சுந்தரம் பைனான்ஸுக்கு நிகரில்லை என்ற அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை.

சுந்தரம் பைனான்ஸில் பாதுகாப்புக்கே என்றும் முதலிடம். அதனால்தான் டெபாசிட்தாரர்கள் என்றென்றும் முதலில் சுந்தரம் பைனான்ஸைத் தேர்ந்தெடுக்கிறார்கள்.

சுந்தரம்
பைனான்ஸ்
லிமிடெட்

FAAA
CRISIL RATING

21, பட்டுல்லாஸ் சாலை, சென்னை - 600 002.

**மூன்று தலைமுறைகளாக டெபாசிட்தாரர்களின்
நம்பிக்கையைப் பெற்றுள்ள நிறுவனம்.**

# டெபாசிட்டுகளை வரவேற்கிறது

## திட்டம் 1: கூட்டு டெபாசிட்டுகள்

| காலம் (மாதங்கள்) | ஆண்டு வட்டி விகிதம் * | குறைந்த பட்சத் தொகை ரூ. | முதிர்வடையும் போது மதிப்பு ரூ. | முதிர்வடையும் போது மதிப்பு (ஒவ்வொரு அசலுக்கு ரூ.1000க்கும்) | ஆண்டு வருமானம் |
|---|---|---|---|---|---|
| 25 | 14% | 3000 | 4002 | 1334 | 16.03% |
| 36 | | 3000 | 4545 | 1515 | 17.17% |
| 48 * | | 3000 | 5235 | 1745 | 18.63% |
| 60 * | | 3000 | 6015 | 2005 | 20.10% |

* 48 & 60 மாத டெபாசிட்டுகளுக்கு [illegible]

## திட்டம் 2: பிக்சட் டெபாசிட்டுகள்

| காலம் (மாதங்கள்) | குறைந்தபட்சத் தொகை ரூ. | வட்டி விகிதம் (ஆண்டுக்கு) | வட்டி தரப்படும் கால அளவு |
|---|---|---|---|
| 25 | 3000 | 13.5% | இரு மாதங்களுக்கொரு முறை |
| 36, 48 & 60 | 3000 | 14.0% | இரு மாதங்களுக்கொரு முறை |
| 48 & 60 | 10,000 | 14.0% | மாதந்தோறும் |

1. [illegible] ரூ. 1000 [illegible]
2. டெபாசிட்டுகளை [illegible]
3. [illegible]
4. டெபாசிட்டுகளைத் [illegible]
5. திட்டம் 1-ல் 48 & 60 மாத டெபாசிட்டுகளுக்கும் [illegible] 14% [illegible]
6. [illegible]
7. டெபாசிட்டுகளின் மதிப்பில் 90% வரை [illegible]
8. [illegible]

[illegible]

[illegible] 1977 [illegible]

அ. கம்பெனியின் பெயர் : சுந்தரம் பைனான்ஸ் லிமிடெட்
ஆ. கம்பெனி நிறுவப்பட்ட தேதி : ஆகஸ்ட் 11, 1954.
இ. கம்பெனி நடத்தும் அலுவல்கள், துணை நிறுவனங்கள் மற்றும் கிளைகள் பற்றிய விவரங்கள் : [illegible]

கிளைகள்/அலுவலகங்கள்: [illegible]

துணை நிறுவனம் : [illegible]

ஈ. கம்பெனி நிர்வாகம் பற்றிய சுருக்கமான விவரங்கள் : [illegible]

உ. இயக்குனர்களின் பெயர், முகவரி, மற்றும் தொழில்

| பெயர் | முகவரி | தொழில் |
|---|---|---|
| [illegible] | [illegible] | [illegible] |

ஊ & எ. [illegible]

| ஆண்டு முடிவு | லாபம் - வரிக்கு முந்தையது (ரூ. லட்சங்களில்) | லாபம் - வரிக்கு பிந்தையது | அறிவிக்கப்பட்ட டிவிடெண்டு |
|---|---|---|---|
| 31.3.1988 | 535.37 | 468.07 | 20% |
| 31.3.1989 | 899.16 | 656.16 | 30% |
| 31.3.1990 | 1447.08 | 920.08 | 30% |

ஏ. [illegible] (ரூ. லட்சங்களில்)

| பொறுப்புகள் | 31.3.90 அன்று | 31.3.89 அன்று | சொத்துகள் | 31.3.90 அன்று | 31.3.89 அன்று |
|---|---|---|---|---|---|
| பங்கு மூலதனம் | 600.00 | 600.00 | நிலையான சொத்துகள் * | [illegible] | [illegible] |
| [illegible] | [illegible] | [illegible] | முதலீடுகள் | [illegible] | [illegible] |
| [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] |
| [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | | |
| [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] |
| | | | [illegible] | — | — |
| | | | [illegible] | — | — |
| மொத்தம் | [illegible] | [illegible] | மொத்தம் | [illegible] | [illegible] |

* [illegible]

குறிப்பு: [illegible]

| | 31.3.1990 | 31.3.1989 |
|---|---|---|
| | (ரூ. லட்சங்களில்) | |
| I. [illegible] | 144.74 | 60.70 |
| II. [illegible] | | |
| 1) [illegible] | | |
| அ. [illegible] | 137.84 | 20.07 |
| ஆ. [illegible] | 110.07 | 50.55 |
| இ. [illegible] | 48.07 | 7.49 |
| III. [illegible] | 35.50 | 33.49 |

ஐ. 1. [illegible] ரூ. [illegible] கோடிகள்
2. 31.3.90 அன்று [illegible] ரூ. [illegible] கோடிகள்

ஒ. [illegible]

ஓ. [illegible]
1. [illegible]
2. [illegible]
3. [illegible]

இடம்: சென்னை
தேதி: 31.12.1990

இயக்குனர்கள் குழுவின் ஆணைப்படி
சுந்தரம் பைனான்ஸ் லிமிடெட்டுக்காக
[illegible]

[illegible] 31.12.1990 [illegible]

ஏதும் இடைஞ்சல் வருமோ. கல்யாணம் பண்ணிக்கப் போறயா எம் பொண்ணையா அது கெட்டு அலைஞ்சதுன்னா. உனக்கு வேற பொண்ணா கிடைக்கலை. இடை மறிப்பாளோ. ஏன் அவமானம். இந்த நிம்மதி போதும்.

அம்மாவைப் பாராட்டி, பொய் சொல்லிப் புகழ்ந்த மற்ற சகோதர சகோதரிகள் அங்கே உயிர் வாழ்ந்தார்கள். யசோதா உறவே வேண்டாம் என்று ஹாஸ்டலில் இருந்தாள். பெற்றோர் கொடுத்த கசப்பில் மற்ற உறவுக்குப் பயந்தாள்.

ஆனால் வாழ்க்கை, திருப்பங்கள் உள்ள பிரயாணம். பத்து வருடங்கள் கழித்து முப்பத்தியெட்டில் ஹாஸ்டல் ஒரு கட்டளை போட்டது. தாய் தந்தையர் அருகே இருப்பவர் காலி செய்யுங்கள் என்று புதிய சட்டம் கொண்டு வந்தது. யசோதா தன்னிலை விளக்கம் தர அவ்ளுக்குத் தனி அனுமதி கொடுத்தது.

ஆயினும் இம்மாதிரி ஏதும் புதிது புதிதாய் தொந்தரவு வரும் என்று தோன்றியது. தனித்து வாழும் பெண்கள் அதிகமாகி ஹாஸ்டலில் கூட்டம் நெரிந்தது.

அப்போதுதான் சிநேகிதி சொல்ல ஒரு வரன் வந்தது. ''நாற்பத்தி ஐந்து வயது திருமணமாகாதவர். மிகப் பெரிய கம்பெனியில் எஞ்சினியர். வந்து பார்... பேசு... பிடித்திருந்தால் மேற்கொண்டு.'' அவனைப் பற்றியும் எல்லா விவரமும் பேசி விட்டதாய் சொன்னாள்.

சந்தித்த மனிதர் பார்வைக்கு அமைதியானவராய்த் தெரிந்தார். பழகுவதில் நளினம் இருந்தது. நேரடியாய் யசோதாவின் குடும்பம் பற்றி கேட்டறிந்தார். புரிந்து கொண்டார். எனக்குச் சம்மதம் என்றார். யசோதா ஒரு வாரம் யோசிக்க தவணை கேட்டாள். சிநேகிதிக்குக் கோபம் வந்தது. ''உடனே சரி என்று அவர் சொல்ல ஒரு வாரம் தவணை கேட்கிறாயே.''

வாழையும் முட்செடியும் உபமானம் யசோதாவுக்குத் தோன்றியது. யோசித்தே சொல்லட்டும் என்கிற அந்த மனிதர் பெருந்தன்மை பிடித்திருந்தது. ஆனால் பெற்றவர்கள் உயிரோடு இருக்கிற போது வெறும் ரிஜிஸ்டர்ட் மேரேஜ் சரியா? நான் பேசுகிறேன்.'' தொலைபேசியில் நேரே வர அனுமதி கேட்டார். அந்த அனுமதி கேட்ட பாங்கு, பேச்சு யசோதாவுக்கு நம்பிக்கை கொடுத்தது.

ஒரு இடம் ஒரு நிகழ்ச்சி யசோதா மறைக்கவில்லை. சீட்டாட்டத்தில் கார்டுகள் அனைத்தும் காட்டி விடுவது போல் அந்த மனிதரிடம் பேசினாள்.

''எனக்கும் உறவுகள் அதிகமில்லை. உன் உறவுகள் பற்றிக் கவலையில்லை.'' இருபது நாட்களுக்குப் பிறகு என்று திருமணத் தேதி முடிவாயிற்று.

அம்மாவிடம் அப்பாவிடம் போய் விவரம் சொன்னாள். ஐநூறு ரூபாய் பத்து கிலோ மீட்டர் பயணத்துக்குச் செலவாய் கொடுத்தாள். 'நானாய் பார்த்து மணமகன் தேடிக் கொண்டிருக்கிறேன் அம்மா கெடுத்து விடாதே' என்று கெஞ்சினாள்.

தன் திருமணத்திற்குத் தானே புடவையும் நகைகளும், பாத்திரமும், பண்டமும், மணைப் பலகையும், கோலமாவும், பட்சணமும், பருப்புத் தேங்காயும் நாயாய் ஒரே ஆளாய் அலைந்தாள். திருமணம் மாப்பிள்ளை வீட்டில். அங்கு போய் முதல் நாள் இழைக் கோலம் போட்டாள். காவி எழுதினாள். ஹனிமூனுக்கு டிக்கெட் வாங்கினாள். சாஸ்திரிகளுக்கு ஞாபகப்படுத்தினாள்.

அப்பா மடிமேல் வைத்து தாரை வார்த்துத் தர தாலி கட்டியதும் 'ஆர் யூ ஹாப்பி' என்று கேட்டார் அப்பா. ஒரு ரூபாய் ஒரே ஒரு ரூபாய் ஓதி விட்டார். நண்பர்கள் வியந்தனர்! அப்பா அம்மாவைப் பத்தி நீ சொல்வது கேட்டிருக்கிறேன். இந்த மாதிரி ஜன்மங்களைப் பார்த்ததேயில்லை யசோதா. 'ஏன் இதுகளை கூப்பிட்டாய்' என்று கேட்டார்கள். பொறுத்தாள். அவமானம் தாங்கினாள். தனக்கென்று ஒரு ஆள் கிடைத்து விட்டான். தன்னைத் தாங்க புருஷன் கிடைத்து விட்டான். விடிந்து விட்டது என்று அந்தக் குயில் சகலமும் மறந்து கூவிற்று.

முதலிரவு. இரவு ஒன்று வரை நண்பர்களுடன் உறவுகளுடன் பேசி விட்டு கணவர் உள்ளே வந்தார். பழம் பால் சாப்பிட்டு விட்டுத் தூங்கினார். மறுநாள் மந்திராலயா பிரயாணம். வேண்டுதல் என்று போனார்கள். மூன்று நாட்கள் பொறுத்துத் திரும்பினார்கள். எல்லா சன்னதியிலும் நின்று எனக்கு நல்ல கணவர் கிடைத்து விட்டாரே

### ஆந்திர ஸ்வீட் வடை



நமக்குத் தேவையான அளவு உளுந்து ஊற வைத்து நன்கு வடைக்கு அரைப் பதைவிடச் சிறிது கூடுதலாகப் பந்து பந்தாக அரைத்து எடுத்து ரேடியோ ஆயிலில் வடை செய்வது போலவே (உப்பு இல்லாமல்) செய்து கொள்ள வேண்டும். பிறகு குலாப்ஜாமுனுக்கு வைக்கும் பாகு, வைத்துக் கொண்டு அதில் இவ்வடையைப் போட்டு ஊற வைத்துச் சாப்பிட்டால் மிகவும் ருசியாக இருக்கும்.

— கீதா ரமணி.



மாதச் சாமான்களோடு கொஞ்சம் காய்ந்த நிலக்கடலையையும் வாங்கி வைத்துக் கொண்டால் அவசரமாக யாராவது டீ நேரத்தின் போது வந்தால் (அ) குழந்தைகள் தின்பதற்கு ஏதாவது கேட்டால், கடலை மாவைக் கொஞ்சமாக எடுத்துக் கொண்டு அதில் காரப் பொடி சிட்டிகை சோடா, இட்டமான உப்பு எல்லாம் சேர்த்துத் தண்ணீர் தெளித்துப் பிசிறி எண்ணெயில் பொரித்தெடுத்து உபசரிக்கலாம். குழந்தைகளுக்கும் மிகவும் பிடித்ததாக இருக்கும்.

— சீதா ரமணி.

நன்றி கடவுளே என்று கண்கலங்கினாள்.

சென்னை வந்து ஸ்டேஷன் இறங்க இரண்டு ரூபாய்க்கு ஆட்டோகாரனுடன் தகராறு. நட என்று நடுவழியில் இறங்கி பெட்டி தூக்கி அரை மைல் நடக்க வைத்து சுருண்டு படுத்துக் கொண்டார். இரண்டு நாட்கள் கழித்து அல்ப விஷயத்துக்குச் சண்டை என்று நாலு நாட்கள் பேசவே யில்லை.

எங்கே தவறு என்று தோன்றியது? புருஷனோடு உரசி நடக்க உடம்பு தகித்தது. வெட்கம் விட்டு கோபம் இறைக்கக் கெஞ்சினாள். மேற்கொண்டு அவள் செய்த யத்தனங்கள் எழுத இயலாது.

புரிந்தது. தெளிவாய்ப் புரிந்தது.

புருஷன் ஆண்மையில்லாதவன். ஆள முடியாதவன்.

இடிந்தாள். துவண்டாள். அழுதாள். இலவு காத்த கிளி-என்பது என் வாழ்க்கை தானோ. இலவம் பழம் பழுத்து விட்டது. சிவந்து விட்டது. உண்ணலாம் என்று கிளி கொத்த வெடித்து பஞ்சு பஞ்சாய் பறக்க வெருண்டு நிற்குமே கிளி அது 'நான் தானோ.

கடவுளே ஏன் இந்த சோதனை. என்ன குற்றம் செய்தேன். யார் வாழ்வு குலைத்தேன்? எனக்கென்று ஒரு குழந்தை இல்லாத வேதனையை எனக்கு ஏன்? புருஷ சுகம் வேண்டாம் பிள்ளைப் பேறாவது...

யோசிக்க யோசிக்க எரிந்தது. என்ன எழவுக்கு என்னைத் திருமணம் செய்து கொண்டாய் என்று கேட்கத் தோன்றியது.

அவனே சொன்னான்.

''சமைத்துப் போட, வீடு துடைக்க, என்னை உபசரிக்க'' தெளிவாய் சொன்னான்.

இதற்காகவா படிப்பு, பட்டம், உயர் பதவி, பாட்டு, ரசனை எல்லாம் கற்றது?

ஆறு மாதம் வெறுப்பில் ஓடியது. சரி ஊருக்கு ஒன்றாய் வாழ்வோம். பெயருக்குக் குடித்தனம் செய்வோம். இது தண்டனை. தாங்குவோம். உடம்பும் மனசும் புழுங்கித் தவித்த போதும் தாங்கி ஒரு நிலைக்கு வந்தாள்.

திடீரென்று அதற்கும் சோதனை வந்தது. நண்பர் என்று யாரையோ அழைத்து வந்தான். இவள் உட்கார்ந்து டீ. வி. பார்த்து விட்டு திரும்ப புருஷன் இல்லை. நண்பன் மட்டும் சிரித்தபடி இருந்தான்.

''அவர் எங்கே?

''தெரியாது-''

''நீங்கள்?

''இங்கே தங்குகிறேன்.''

ஓடி கதவு சார்த்திக் கொண்டாள். இரவு முழுவதும் தூங்காமல் தவித்தாள். மறுநாள் காலை சிநேகிதி வீட்டுக்குப் போனாள். மூன்று நாட்கள் கழித்து வீட்டுக்குப் போனாள். அப்போதும் புருஷன் இல்லை நண்பன் மட்டுமே. அழைத்து விவரம் சொல்லி தவறு சுட்டிக்காட்டி வெளியே துரத்தினாள்.

தெளிவான ஆங்கிலத்தின் அவன் நிலையின் அசிங்கம் சொல்லி தன் பரிதாபம் சொல்லி வெளியே கைகாட்டினாள்.

அவன் எங்கோ உள்ளே அசைந்தான். புறப்பட்டுப் போனான்.

பத்து நாட்கள் கழித்து புருஷன் வர கடுமையாய் கேட்டாள்.

புருஷன் 'வெளியே போ. என்னை எதிர்ப்பவன் இங்கே இருக்க முடியாது' என்றான்.

யசோதா —

பாட்டும், கவிதையும், கோலமும், சமையலும், படிப்பும், பட்டமும், உத்தியோகமும் நாலாயிரம் சம்பளமும் கொண்ட யசோதா மறுபடி அநாதையானாள்.

மூன்று முறை இவள் புறப்பட்டாள்.

விதி நாலிழையில் இவள் அகப்பட்டாள்.

வேறு இடம் தேடிப் போவாளோ இல்லை வேதனையில் இருந்து மீள்வாளோ.

பெட்டி எடுத்து வெளியே வந்த போது அழுகை வந்தது. ஆனால் உறுதி வந்தது. கோபம் வந்தது. ஆனால் போராடும் வெறி வந்தது. வெறுப்பு வந்தது அதே நேரம் ஜெயிக்க முனைப்பு வந்தது.

வழக்கு நடக்கிறது.

பெண்ணுக்குப் புருஷனும் குழந்தையும் குடித்தனமும்தானா சொத்து? இல்லை. நான் ஊருக்கு உதவுவேன். என்னைப் போல் தாழ்ந்தவருக்கு உதவுவேன். தனித்து நின்று நொந்த மனங்களுக்கு ஆறுதல் சொல்வேன். போராடுவேன். போராட்டத்துக்கு உதவி செய்வேன்.

இனி தனிமை நிரந்தரக் குத்தகை. ஆயினும் இவ்வுலகை உய்விப்பேன் உண்மை.

## நினைவிருக்கட்டும், ஊட்டச்சத்துமிக்க சமநிலை உணவு இல்லையேல், உங்கள் குழந்தை சுறுசுறுப்பாக விளங்கத்தேவையான 'சரி'யான கலோரிகளைப் பெறமுடியாது.

### "ஆகவேதான் என் குழந்தைக்கு ஸெரிலாக் தருகிறேன்."

'சரி'யான கலோரிகள் என்றால் என்ன?
நாம் உண்ணும் உணவில் புரதங்கள், கார்போஹைட்ரேட்டுகள் மற்றும் கொழுப்புச் சத்துகள் சரியான சமநிலையில் இருந்து, அவற்றிலிருந்து கிடைக்கும் கலோரிகளுக்குத்தான் 'சரி'யான கலோரிகள் என்று டாக்டர்கள் கருதுகின்றனர். இளம் குழந்தைகள் நன்கு வளரவும் சுறுசுறுப்பாக விளங்கவும் இந்த மூன்று முக்கியமான உணவுச்சத்துகள் அவசியம்.
எனவே, உங்கள் செல்லக் குழந்தை 'சரி'யான கலோரிகளைப் பெறுவதற்கு, நீங்கள் ஊட்டச்சத்துமிக்க சமநிலை உணவை அதற்கு அளிக்கவேண்டும்.
ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு வேளை உணவிலும் இவை தேவை.
ஆனால், குழந்தைகளுக்கு வழக்கமான உணவுகளைக் கொடுத்து, கலோரிகளை சமாளிப்பது பெரும்பாலான தாய்மார்களுக்கு எளிதல்ல.
இதற்குப் பரிகாரம் உண்டா?
உண்டு. செரிலாக்—ஊட்டச்சத்துமிக்க சமநிலை திடஉணவு. உங்கள் குழந்தைக்கு பால் மட்டுமே போதாதபோது, அதன் நான்காவது மாதம் முதலே செரிலாக் தாருங்கள்.
செரிலாக்கில் புரதங்கள், கார்போஹைட்ரேட்டுகள், கொழுப்புச் சத்துகள், வைட்டமின்கள், இரும்புச் சத்து, மற்றும் கால்சியம் அடங்கியுள்ளன. ஆகையால், உங்கள் குழந்தை 'சரி'யான கலோரிகளைப் பெற்று, சுறுசுறுப்புடன் வளரும்; சுவையான செரிலாக்கை ருசித்துச் சாப்பிடும்.
எனவே, செரிலாக்கில் அடங்கியுள்ள ஊட்டச்சத்துமிக்க சமநிலை உணவின் நற்பலன்களை உங்கள் குழந்தைக்குக் கொடுங்கள். குழந்தைக்கு 6 மாதம் ஆனதும், செரிலாக்கைத் தவிர வீட்-ஆப்பிள், வீட்-ஆரஞ்சு மற்றும் வீட்-வெஜிடேபிளின் நற்பலன்களையும் அளிக்கவும்.

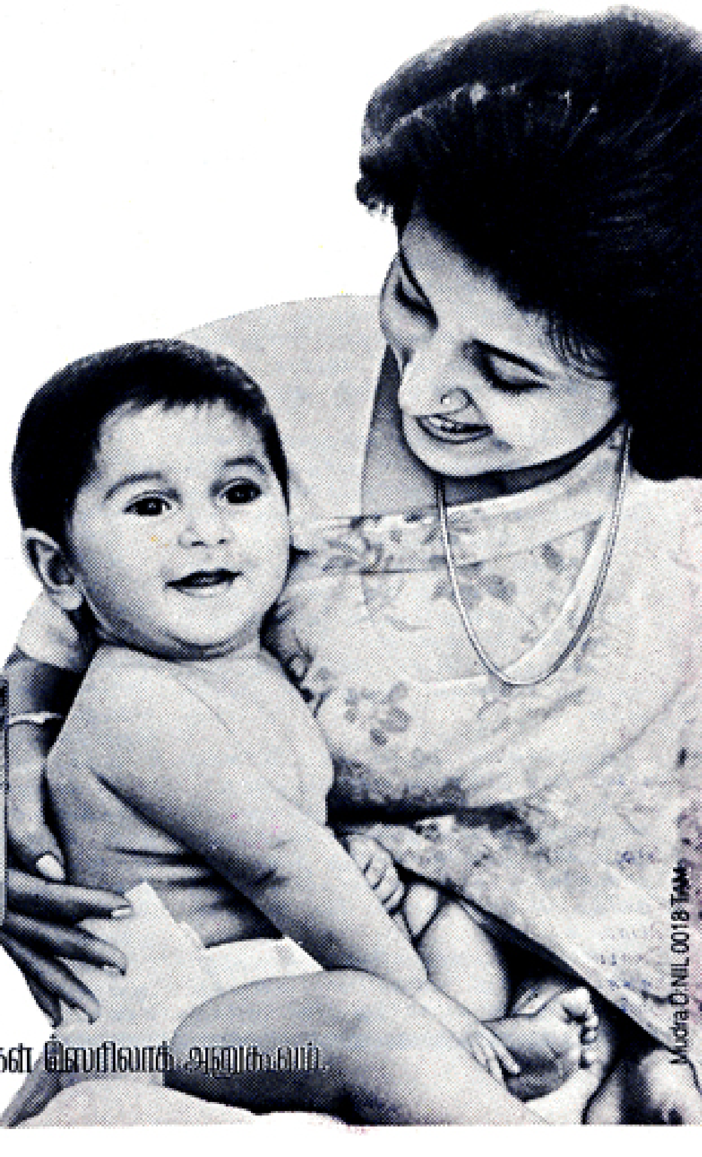
*பேக்கின் மீதுள்ள விதிமுறைகளைப் பின்பற்றுக.*

---

*இலவசம்: ஸெரிலாக் பேபி கேர் புத்தகம்*
*எழுதுங்கள்: ஸெரிலாக், போஸ்ட் பேக் நம்பர்-1, புதுதில்லி-110 029.*

---



**உங்கள் குழந்தைக்கு அளியுங்கள் ஸெரிலாக் அனுகூலம்.**

Mudra:D:NL:0018 Tam

# கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்குச் சத்துணவு

கர்நாடகத்தின் வட பகுதியில் கர்ப்பிணிப் பெண்களைப் பார்க்க வருபவர்களும், பிறந்தகத்தினரும் கீழ் கண்ட தின் பண்டங்களை தயாரித்து எடுத்து வருகிறார்கள். கர்ப்பிணியைப் பார்க்க வரும் ஒவ்வொருவரும் தட்டுகளில் விதவிதமான சிற்றுண்டியுடன் வருகிறார்கள். கணவன் வீட்டார் அவர்களுக்கு விடை கொடுத்து அனுப்பும் பொழுது ரவிக்கைத் துணி, பழம், எல்லாம் அவர்கள் கொண்டு வந்த தட்டுகளில் வைத்து விருந்துபசாரம் செய்து வழியனுப்பி வைக்கிறாரகள்.

கர்ப்பிணிகளுக்கு நல்ல சக்தி, உறக்கம் இரண்டும் இன்றியமையாதது என்பதால் அதற்கேற்ற ஆகாரம் தயாரித்து எடுத்துக் கொண்டு பிறந்தகத்தினர் வருகிறார்கள்.

பசு வெண்ணை, கொள்ளு, பால் ஹல்வா, தேன், பிஞ்சு கத்தரிக்காய், பொட்டுக் கடலை, பழைய அரிசி, பாதாம், அத்திப் பழம், குங்குமப் பூ, பூண்டு எல்லாவற்றையும் சீராக எடுத்து வருகிறார்கள்.

கொள்ளு சேர்ப்பதால் உடம்பில் நீர் கட்டாது என்று நம்புகிறார்கள். பொட்டுக் கடலை இடுப்பிற்கு நல்ல பலம் உண்டாக்கும் என எல்லாவற்றிலும் கொஞ்சம் பொட்டுக் கடலை சேர்க்கிறார்கள். இதில் நிறைய புரோட்டீன் உள்ளதே காரணம். பூண்டும் தினசரி சேர்க்கிறாரகள். இது வாய்வுத் தொல்லையின்றி பிரசவ சமயத்திலும் எளிதாக ஆகும் வாய்ப்பை உண்டாக்கும். கர்ப்பிணிகளின் ஆகாரத்தில் சிறிதளவு கசகசா ஜாதிக்காய் சேர்ப்பதால் இரவில் நல்ல உறக்கம் கொள்ள முடியும். அமைதியான உறக்கத்திலேயே நல்ல ஓய்வு கிடைக்கிறது. ஆரோக்யமும் நல்ல படியாக இருக்கும்.

வெந்தயம், கொள்ளு, பிஸ்தா, பாதாம் எல்லாம் சேர்த்து உருண்டை தயாரித்து கொடுப்பார்கள். இந்த உருண்டைகளை பிரேத்யேகமாக கர்ப்பிணிகளுக்குத் தயாரித்து கொடுக்கிறார்கள்.

நீலக் கத்தரிக்காயில் ரத்தச் சிவப்பணுக்களை அதிகரிக்கக்கூடிய சத்து நி றை ந் துள்ளது என இப்பொழுது விஞ்ஞான ரீதியாகவும் டாக்டர்கள் கூறுகிறார்கள். வட கர்நாடகத்தில் பெண்களுக்கு நிறைய கத்தரிக்காய் சாப்பிட கொடுக்கிறார்கள். கத்தரிக்காய் துவட்டல், சட்னி, பொரியல், ரசம் எல்லாம் அடிக்கடி தயாரித்து கர்ப்பிணிகளுக்கு ஆகாரத்தில் சேர்க்கிறார்கள்.

இதே போல கொள்ளு, தானியத்தைச் சேர்க்கிறார்கள். கொள்ளு ரசம், உசிலி, உருண்டை ரொட்டி எல்லாம் தயாரித்து கொடுக்கிறார்கள்.

**சில சிற்றுண்டிகள் :**

சப்பாத்தி — 25
பொட்டுக்கடலை — 50 கிராம்
கொப்பரைத்துருவல் — 25 கிராம்
கசகசா — 25 கிராம்
ஜாதிக்காய் — ¼ டீஸ்பூன் (பொடி செய்தது)
ஏலக்காய் — 4 (பொடி செய்தது)
வெல்லம் — 2 ஸ்பூன் (தூள் செய்தது)
சர்க்கரை — 50 கிராம்

சப்பாத்தி தயாரிக்கும் போதே மெல்லிய அப்பளமாக இட்டு மொர மொரப்பாகச் சுட்டு எடுக்கவும்.

கசகசாவை பொன்னிறமாக வறுத்து எடுக்கவும். வெல்லம், சர்க்கரை இரண்டையும் தூள் செய்யவும். சப்பாத்தியை மிக்சியிலிட்டு ரவை போல தூளாக்கவும். கசகசா,



பொட்டுக்கடலை, கொப்பரைத் துருவலை சப்பாத்தித் தூளுடன் கலக்கவும். மீண்டும் இரண்டு நிமிடம் மிக்சியில் அரைக்கவும். ஏலக்காய், ஜாதிக்காய்ப் பொடி, சர்க்கரை, வெல்லப் பொடி போட்டு நன்றாகக் கலந்து பத்து நிமிடம் மூடிவைக்கவும். தேவையான பொழுது ஒரு ஸ்பூன் நெய், பால் சேர்த்து உருண்டை செய்து சாப்பிடலாம். இரவில் தூக்கம் வராதவர்கள் மாலையில் இரண்டு உருண்டைகள் சாப்பிட்டால் இரவு நல்ல தூக்கம் வரும்.

### கொள்ளு உருண்டை

வெந்தயம் — 10 கிராம்
கொள்ளு — 150 கிராம்
இரண்டையும் நைஸ் ரவையாகப் பொடி செய்யவும்
கோந்து — 50 கிராம்
(உணவில் சேர்க்க ப்ரத்யேகமாகக் கிடைக்கிறது)
பாதாம் — 5
பிஸ்தா — 15
ஒன்றிரண்டாக முறித்தது
ஜாதிபத்திரி — 2 இதழ்கள்
ஜாதிக்காய் — ½ ஸ்பூன்
சுக்கு — ½ அங்குலம்
பொடி செய்யவும்
லவங்கம் — 5
முந்திரிப் பருப்பு — 15
திராட்சை — 25



சர்க்கரை — ¼ கிலோ
வெல்லம் — 100 கிராம்
நெய் — 100 கிராம்
கொப்பரைத்துருவல் — 150 கிராம்

வெந்தயம், கொள்ளு, கோந்து மூன்றையும் தனித்தனியாக வறுத்து வைக்கவும். சர்க்கரை, வெல்லம் சேர்த்து பாகு வைக்கவும். பாதாம், பிஸ்தா, திராட்சை, முந்திரிப் பருப்பை நெய்யில் பொறித்துக் கொட்டவும். வாசனை சாமான்களையும் நெய்யில் பொறித்துப் போடவும். வறுத்து வைத்துள்ள ரவையையும் சர்க்கரை பாகில் போட்டு நன்றாகக் கிளறி ஒரு தாம்பாளத்தில் கொட்டவும். கையில் நெய் தடவிக் கொண்டு சிறு சிறு உருண்டைகளாக உருட்டிப் போடவும். அல்லது தாம்பாளத்தில் சமமாகப் பரப்பவும். ஆறினதும் சிறிய சதுர வில்லைகளாக துண்டு போடவும். இதை டானிக் போல சிறிய வில்லை ஒன்று சாப்பிட்டு வரவும். இதைக் கர்ப்பிணி பெண்களுக்குக் கொடுத்து ஒரு சிறிய கப் பாலும் கொடுத்து வரவும்.

இதைக் காலையில் வெறும் வயிற்றில் உட்கொண்டால் நல்லது.

### பால் ஹல்வா

கோதுமைப் பால் — 1 கப்
தேங்காய்ப் பால் — 1 கப்
பசும் பால் — 1 கப்
பாதாம் — 5
முந்திரி — 10
திராட்சை — 10
சர்க்கரை — ¼ கிலோ
சுத்தமான குங்குமப்பூ — ஓரிரு இதழ்

ஒரு அடிகனமான பாத்திரத்தில் மூன்று பால்களையும்பாதாம், முந்திரி அரைத்ததைப் போட்டு காய்ச்சவும். சர்க்கரை போட்டுக் கிளறவும். திராட்சை, குங்குமப்பூ, போட்டு கெட்டியாகும் வரை கிளறவும். ஒரு நெய் தடவிய தட்டில் கலவையைக் கொட்டிக் சமமாகப் பரப்பவும். ஆறினதும் துண்டு போடவும்.

### தால்பிரட் காரா ரொட்டி

சோள மாவு — 1 கப்
கடலைமாவு — 1 கப்
கோதுமை மாவு — 1 கப்
அரிசி மாவு — ½ கப்
சீரகப் பொடி — 1 ஸ்பூன்
கொத்தமல்லி பொடி — 1 ஸ்பூன்
பூண்டுத் துருவல் — 1 ஸ்பூன்
மிளகாய்த் தூள் — தேவைக்கேற்ப
தேங்காய்த் துருவல் — ½ டீஸ்பூன்
இஞ்சித் துருவல் — ½ ஸ்பூன்
உப்பு — தேவையான அளவு

எல்லாவற்றையும் சேர்த்துப் பிசைந்து ஒரு ஸ்பூன் எண்ணில் புரட்டி வைக்கவும். மாவை உருட்டி வைக்கவும். அதன் மீது இன்னொரு பேப்பர் வைத்து அப்பளக் குழவியை ஓட்டி மெல்லிய அப்பளமிடவும். சற்றே பருமனாக இருந்தாலும் தவறில்லை. தோசைக் கல்லில் எண்ணை தடவி இந்த அப்பளத்தைப் போட்டு சுற்றிவர எண்ணை தடவி வேக வைக்கவும்.

தயிர், சட்னி இவற்றுடன் பரிமாறவும். இவையிரண்டும் கர்ப்பிணியை விருந்துக்கு அழைப்பவர்கள் தயாரித்துக் கொடுக்கிறார்கள். இது மிகவும் ருசி நிறைந்ததாக உள்ளது. அனைவரும் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

இந்த சிற்றுண்டிகளை மாலை நேர உணவாக தயாரித்து நம் குடும்பத்தினரிடமும் சபாஷ் பெறலாமே!

— பிரேமா ராவ்.

# பெண்களுக்கான சின்னம் பொருத்தமானதா?

விஞ்ஞான உலகில் "♀" என்பது பெண்களைக் குறிக்கும் சின்னம். இது எந்த அளவுக்குப் பொருத்தமானது என்று சிலரைக் கேட்டோம்:

**சு**ரேஷ்பாபு "ரொம்ப பொருத்தமான சின்னம் இது. சைபருக்குக் கீழே கூட்டல் குறி இருக்கு. எந்த எண்ணுக்குமே ஆரம்பம் — அடிப்படை சைபர்தான். அதேபோல் மனித வர்க்கத்தின் ஆசை, அவஸ்தை, பாசம், உற்சாகம் போன்ற பலவற்றுக்கும் பெரும்பாலும் துவக்கமாக இருப்பது பெண் என்பதால் 0+ என்று குறிக்கப்படுவது நியாயம்தானே?" என்றார்.

விஜயலட்சுமியை அணுகியபோது அவர் படபடவென்று பொரிந்தார். "சின்னத்தில் தான் சிலுவை பளிச்சுன்னு தெரியுதே. உலகத்தின் கஷ்டங்களையெல்லாம் தாங்கிக் கொண்டு சிலுவையில் அறைபட்ட ஏசு பிரானைப் போல் குடும்பத்து நன்மைக்காக பல்வேறு 'சிலுவைகளைத்' தாங்கிக் கொண்டிருப்பவள் பெண்தானே" என்ற அவரது குரலில் பெருமை, ஆதங்கம் இரண்டும் போட்டியிட்டன.

சின்னத்தைப் பார்த்த ராமன் ஒரு நிமிடம் யோசித்தார். வீட்டுக்குள் அக்கம் பக்கம் பார்த்தார். பிறகு ஒரு தீர்மானத்துக்கு வந்தவராய் "ஐயையோ, நான் ஒண்ணும் சொல்லமாட்டேன். ஐயையோ வீண் வம்பில் மாட்டிக் கொள்ள நான் தயாரில்லை" என்றார். "ஒருவித அபிப்பிராயமும் சொல்லாதபோது 'ஐயையோ' என்று ஏன் பதற வேண்டும்?" என்றோம். "I,I,O" என்ற



• சரோஜா



• சுரேஷ் பாபு



• விஜயலட்சுமி



• ராமன்

மூன்று எழுத்துக்களை இணைத்தால் இந்தச் சின்னம் வருகிறதே அதனால்தான். பார்த்தீர்களா. என் வாயைக் கிண்டி இதைச் சொல்ல வைத்துச் சிக்கலில் மாட்டி விட்டுட்டீங்களே, ஐயையோ'' என்றார் பதட்டத்துடன்.

''இந்தச் சின்னம் விளக்குக் கம்பம் மாதிரியிருக்குது. 'ஒரு ஆண் படித்தால் அவனுக்குக் கல்வியறிவு கிடைக்கும். ஒரு பெண் படித்தால் ஒரு குடும்பத்திற்கே கல்வியறிவு கிடைத்த மாதிரி'ன்னு ஒரு பொன்மொழியைச் சமீபத்தில் படித்தேன். பொதுவாக எந்த வீட்டிலேயும் தன்னுடைய குழந்தைகளுக்குப் பாடம் சொல்லித் தருவது அம்மாவாத்தான் இருப்பாங்க. அதனாலே விளக்குக் கம்பம் மாதிரி தன்னைச் சுற்றியும் ஒளி வழங்கும் பெண் இனத்தைக் குறிக்க இந்தச் சின்னம் பயன்படுத்தப் படுவது நியாயம் தான்'' என்றார் உமா.



• உமா

சரோஜா ''இதைப் பார்த்தால் சோளக் கொல்லை பொம்மை மாதிரித் தோணுது. பயிர்களைக் காக்கை போன்ற பறவைகளிலிருந்து காப்பாற்றப் பயன்படுகிற இந்தப் பொம்மை மாதிரி, பெண் என்பவள் தன் வீட்டுப் பிரச்னைகள் விஷமிகளால் சந்திக்கு வந்து விடாதபடி அவற்றை மூடி வைத்து. தீர்வு கண்டுபிடித்து குடும்ப கௌரவத்தைப் பாதுகாப்பதில் பெரும்பங்கு வகிக்கிறாள் என்று சொல்லலாமே'' என்றார்.

— ஜி. எஸ். எஸ்.

---

கடலைப் பருப்பு ஊற வைத்துப் போளி செய்ய நேரமில்லையா? கவலை வேண்டாம். கடலை மாவை லேசாக நெய் விட்டு வறுத்துக் கொண்டு வெல்லப் பாகு வைத்து அதில் வறுத்த கடலை மாவைக் கொட்டிக் கிளறி, ஆறிய பிறகு உருண்டைகளாகப் பிடித்துப் போளி செய்தால், ஊற வைத்து அரைக்கும் வேலையும் மிச்சம். நல்ல ருசியான போளியும் தயார்.

— சாவித்ரி.




பெரியவளா இருப்பதில் பெரிய குஷி, சுதாவில்
இருக்கு அற்புத ருசி!
சுதா ஸாஃப்ட் ட்ரிங்க் கான்ஸண்ட்ரேட் இருந்தா எத்தனை
பெரிய குஷி தெரியுமா. அதன் ஃப்ளேவர்ஸும் பெரிய ஜோர்-13
விதம் இருக்கு! ஒரு பேக்கிலே 32 கிளாஸ் நிறைய பானம்
கிடைக்கும். சுதா இருந்தால் எத்தனை பெரிய குஷி பார்த்தீங்களா.
SUDHA
SOFT DRINK CONCENTRATE
PINEAPPLE
'பெரிய' சின்னவர்களின் பெரிய விருப்பம்.
சுதா
விற்பனையாளர்கள்:
ஸோடா ஃபுட்ஸ் அண்ட் ஃப்ளேவர்ஸ் நாசிக்
ஸாஃப்ட் ட்ரிங்க் கான்ஸண்ட்ரேட்
everest/90/SFF/62 tm


கென்ஸ்
பேன், ஈறு நாசினி
பள்ளி செல்லும் சிறுமிகளுக்கு
மிகவும் உகந்தது
பாதுகாப்பானது
பயமின்றி உபயோகிக்கலாம். கென்ஸ் உபயோகிப்பதினால் தலைமுடி உதிராது. சருமத்தை பாதிக்காது. பேன்களை முற்றும் கொல்லவும், ஈறுகளை அழிக்கவும் இரு தனி மருந்துகள் கலந்தது. சுத்தமான நறுமணம் கமழும் எண்ணெயில் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது. எளிதில் உபயோகிக்கலாம். சக்தி வாய்ந்தது. பாதுகாப்பானது.
கேசத்திற்கு தேவையான அளவு எடுத்து தலையிலும், மயிர்கால்களிலும் நன்கு தடவவும். 10 நிமிடங்கள் கழித்து தலையை நன்கு அலசிக் குளிக்கவும்.
கென்ஸ் 15, 55 மி.லி. அளவுகளில் கிடைக்கும்.
KENS
PHARM PRODUCTS
தஞ்சாவூர் — 613 007
EXELADS/PP 582A/90



அதுதான் டுடே. இந்தியாவில் இதுபோன்ற ஒன்று கிடைக்கும் விஷயம் எனக்கு தெரியவே தெரியாது. இது ஆற்றல் மிக்கது. அந்தரங்கமான ஒன்று.

மிகச் சிறிய, முட்டை வடிவ வில்லையாகிய இதை பாதுகாப்பு தேவைப்படும் பத்து நிமிடங்களுக்கு முன்பாக உடலில் பொருத்திக் கொண்டால் போதும். அதுவும் அந்தரங்கமாகவும் மிக எளிதாகவும் பொருத்திக் கொள்ளலாம். இன்று கிடைக்கும் கருத்தடை சாதனங்களில் அனைத்தோடும் ஒப்பிடுகையில் இதன் ஆற்றல் ஒரு மணிநேரம் வரை நீடிக்கிறது என்பது ஏறக்குறைய 99-க்கும் அதிகமானவர்களால் உறுதி செய்யப்பட்டுள்ளது.

# அறியாமை எனும் இருளில் இருந்தால், எவ்வாறு சரியான கருத்தடை சாதனத்தை உங்களால் தேர்ந்தெடுக்க முடியும் ?

என் சிநேகிதிகளுக்கு எப்போதுமே என்னைக்கண்டால் கேலிதான். டுடே சம்பந்தமாக என் உற்சாகத்தை கண்கூடாக காணமுடிகிறது என கூறுவார்கள். ஆகையால் கள்ளங்கபடில்லா எந்தப் பெண்ணோடு நான் பேசிக் கொண்டிருந்தாலும் போதும். அவர்கள் உற்சாகம் கரைபுரளும்.

நான் இதுபற்றி சிறிதும் கவலைபடமாட்டேன். சூதுவாதில்லாத இளம் பெண்களுக்கு கருத்தடை சாதனம் பற்றிய அறிவையும், நம்பிக்கையையும் புகட்டி என் சொந்த அனுபவத்தையும் அவர்களோடு பகிர்ந்து கொண்டு அதனால் அவர்கள் பெறும் முகமலர்ச்சிதான் என் குறிக்கோள்.

அநேக பெண்மணிகள், சரியான கருத்தடை முறையைத் தேடிப்போய் கடைசியில் பழைய முறைகளையே கடைப்பிடிக்கின்றனர். நான் யாரையும் குறை கூற வில்லை. நேரடியாக விஷயத்திற்கு வருகிறேன். ஒரே நாளில் என் வாழ்விலே பெரும் மாற்றத்தை ஏற்படுத்திய ஒன்றைப் பற்றி கூறப்போகிறேன்.

மேலும் எந்த பின் விளைவுகளும் ஏற்படுத்தாது. டுடே என்னுள் ஏற்படுத்திய ஒரே விளைவு, என் முக மலர்ச்சியை மீட்டுத் தந்ததுடன் கண்டோரிடமெல்லாம் அதன் புகழ் பாடச் செய்ததும் தான். டுடே

**டுடே** பெண்களின் அந்தரங்கக் கருத்தடை சாதனம்.

'டுடே' பற்றிய இலவச கைப்புத்தகம் பெற இம் முகவரிக்கு எழுதவும் : ப்ளிஸ் கெமிக்கல்ஸ் அண்ட் ஃபார்மஸ்யூட்டிகல்ஸ் இந்தியா லிட். ஸ்கை பேக் ஹவுஸ் அசோகன், மரோல், அந்தேரி (கிழக்கு), பம்பாய் 59.





# திரைகடல் தாண்டிய திருவையாறு

இருபது வருடங்களுக்கு முன், பள்ளி விடுமுறையின் போது, திருவையாற்றில் உள்ள தியாகராஜ ஸ்வாமிகளின் சமாதியைத் தரிசிக்கும் பெரும் பேறு கிடைத்தது. தம்பூரா மீட்டுவது போல மென்மையாக சலசலத்து ஓடிய காவேரிக் கரையில் உள்ள சமாதியினுள் நுழையும் போது உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை மின்சாரம் பாய்ந்தாற் போல் ஒரு சிலிர்ப்பு "எந்தரோ மஹானு பாவுலு அந்தரிக்கி வந்தனமு" என்று பாடிய அந்த மஹானின் சன்னதியில் பாடி ஆராதனை பண்ணுவதற்கான குரல் வளத்தை இறைவன் தரவில்லையே என்ற தாபத்தோடு ஊர்திரும்பினேன். அதற்குப்பின் மீண்டும் திருவையாறு செல்லும் வாய்ப்பு கிடைக்கவில்லை. படிப்பு, பரிட்சை, திருமணம், பிள்ளைப்பேறு, மஸ்கட்வாசம் என வருடங்கள் பறந்தன. சென்ற ஆண்டு இங்கு திருமதி. ராதா ராம்ஜியின் அறிமுகம் கிடைத்தது. அவர் பிரபல சங்கீத வித்வான் திரு. டி.கே. கோவிந்தராவின் சிஷ்யை. இசைக் கல்லூரியில் சங்கீத வித்வான் டைட்டில் கோர்ஸ் படித்தவர்.

ராதா, "பஞ்சரத்ன கீர்த்தனைகளைக் கற்றுத் தருகிறேன்" என்று கூறியபோது, என்றோ கண்ட கனவு நனவாகப் போகும் பூரிப்பு ஒரு புறம்; நம்மால் முடியுமா என்ற மலைப்பு மறுபுறம். முயன்று தான் பார்ப்போமே என்று நானும் மற்றும் பலரும் (சுமார் 30 பேர்) கற்றுக் கொள்ள ஆரம்பித்தோம். எங்களில் பலருக்குப் பாட வேண்டும் என்ற ஆசையைத் தவிர, முறையான





பயிற்சியோ, ஞானமோ கிடையாது. ராதா, கிளிப்பிள்ளைக்கு சொல்லித் தருவதைப் போல திரும்பி, திரும்பி, பதம் பதமாக, சில இடங்களில் ஸ்வரம் ஸ்வரமாகக்கூட பிரித்து சொல்லிக் கொடுத்து எங்களையும் பாட வைத்ததோடு, எங்கள் குழந்தைகளையும், "ஜகதானந்தகாரக"வையும் "ஸீதாகல்யாண வைபோகமே"வையும் முணுமுணுக்க வைத்து விட்டார்.

இந்த ஜனவரி ஐந்தாம் தேதி மாலை "எம் மதமும் சம்மதம்" என்ற பரந்த மனமுடைய இந்த ஊர் (மஸ்கட்) மன்னருடைய பெருந் தன்மையாலும், அன்பர்கள் பலரது கூட்டு முயற்சியாலும் ஸத்குருவின் ஆராதனை இங்கு அமர்க்களமாக, அமோகமாக நடந்து முடிந்தது.

மஸ்கட் கிருஷ்ணன் கோவிலில் பிள்ளை யார், சீதாபிராட்டி, லக்ஷ்மணர், அநுமன் சகிதம் விளங்கும் இராமபிரான், ஸத்குரு இவர்களது திருஉருவப் படங்களை மேடை யில் வைத்து, இங்கு கிடைக்கும் வண்ண அரளி மலர்களால் அலங்கரித்து, தகதக வென தங்கமாக ஜொலிக்கும் குத்து விளக் கினை ஏற்றிவைத்து, வேத பாராயணத் தோடு ஆராதனை ஆரம்பம் ஆயிற்று. பின் அஷ்டோத்ர அர்ச்சனை. தொடர்ந்து 60 பாடகர்கள், 4 ம்ருதங்கங்கள், 3 வயலின்கள், வீணை, கஞ்சிரா, மோர்சிங் கொண்ட குழு பாட, (இக்குழுவில் நிறைய மேடை அனு பவமும், ஞானமும் உள்ளவர்களும் அடக்கம்) 1000 பேர் மெய்மறந்து கண்டும் கேட்டும் மகிழ, மொத்தத்தில் திருவையாறே மஸ்கட்டுக்கு வந்தது போன்ற ஒரு உணர்வு தோன்றியது.

— கீதா சந்திரசேகர்.

கசௌடி: உருளைக் கிழங்கை வேக வைத்து உரித்து மசித்துக் கொண்டு கோதுமை மாவுடன் உப்பு, காரம் சேர்த்துப் பிசைந்து கனமான சிறிய வட்டமாய் இட்டு, எண்ணெயில் பொரித்து எடுத்தால் குளிருக்குச் சுவை மிக்க கசௌடி தயார்.

— ஜே. லட்சுமி.





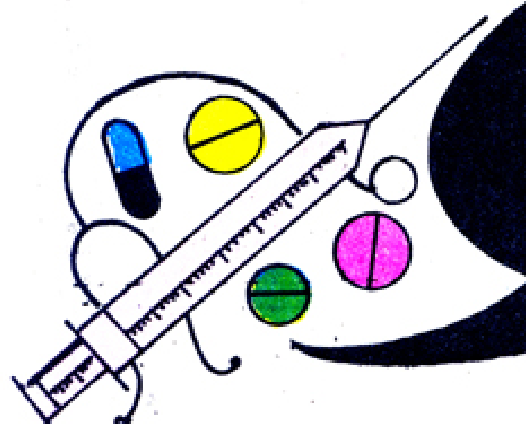
"இந்த டாக்டர் ஒரு பொறுப்பற்ற மனிதன். ஆபத்தானவன். மற்ற நோயாளிகள் பிழைக்க வேண்டுமானால், இவன் தண்டிக்கப்பட வேண்டும். என் மனைவி இறக்க, இந்த டாக்டரே காரணம்...!

கருத்தடை அறுவை சிகிச்சையில், கைனகாலஜிஸ்ட்டின் திறமையற்ற, கவனக்குறைவான அவசர ஆப்ரேஷனில் தன் மனைவியை இழந்த ஜான் ஷ்னைடர்' என்ற ஜெர்மானியரின் வேண்டுகோள் இது! ஐக்கிய அரசுக் குடியரசு நாட்டில் வசிக்கிற இவர் இந்த டாக்டர் மீது... 5 மில்லியன் திர்ஹாமிற்கு, நஷ்டஈடு கேட்டு வழக்குத் தொடர்ந்திருக்கிறார். (ரூ 2 கோடி) நடந்த நாடு... ஷார்ஜா!'

ஜானின், 42 வயது மனைவி 'குண்டலுக்கு ஒரு வருடம் முன்பு இரண்டாவது குழந்தையாக ஒரு மகன் பிறந்தான். மெலினா என்ற ஏழு வயது மகள் முதல் குழந்தை! கருத்தரிப்பைத் தவிர்க்க எண்ணி, தானே ஒருநாள் காரோட்டி சென்று, பிரபல அராபிய டாக்டரை (கைனகாலஜிஸ்ட்!) சந்திக்க 'ட்யூபல் ஸ்டெரிலைஸ்' ஆபரேஷனுக்கு ஏற்பாடு நடந்தது! ஆபரேஷன் நடந்த நாளே, அவள் வீட்டுக்குத் திரும்ப முடியும் என, அந்த பிரபல தனியார் நிறுவன டாக்டர் கூற... ஜானுக்கு மகிழ்ச்சியாய் இருந்தது!

மனைவியை அன்றுதான் கடைசி முறையாய் பார்க்கப் போகிறோம்... என்று கனவில் கூட ஜான் நினைக்கவில்லை! 'பேரிடி' விரைவில் வந்தது — ஆபரேஷன் நடந்த நாளன்றே! 30 நிமிடம் நடந்த கருத்தடை ஆபரேஷனில், மனைவி சுய நினைவின்றி இருப்பதாக தகவல் வந்ததும்

# ஐயோ, டாக்டர்!





# சில வினாடிகளுக்குப் பின்...

**சமையலறைக்குள் குழந்தை நுழைந்தது... அதுதான் முதல் முறை...**
**ஆனால் அதுவே கடைசி முறையுமானது.**

எரிந்து கொண்டிருந்தது தரை மீதிலிருந்த அடுப்பு. அதன் நீல தீ ஜுவாலைகள் அந்த குழந்தையைக் கவர்ந்திழுத்தது. பிறகு, மிஞ்சியதெல்லாம் சோகம்தான். உங்கள் அன்புச் செல்வங்களுக்கு இது போல் எதுவும் ஆகும் முன்னர், முன்னெச்சரிக்கையாக இருங்கள். சமையலறை பாதுகாப்பு விதிகளைப் பின்பற்றுங்கள். அவற்றில் சில, இது போல்... * சமையலறையில் விளையாட குழந்தைகளை அனுமதிக்காதீர்கள். * உங்கள் கேஸ் அல்லது மண்ணெண்ணெய் அடுப்பை உயரமான மேடையில் வையுங்கள். தரையில் வைக்கவே வைக்காதீர்கள். * மண்ணெண்ணெய் ஸ்டவ்வை அளவுக்கு மீறி பம்ப் அடிக்காதீர்கள். * சமையல் பகுதியில் அலமாரி போன்ற அடுக்குகளை வைக்காதீர்கள். * கேஸ் ஸ்டவ் பயன்படுத்துகையில், ஆயில் நிறுவனங்கள் சிபாரிசு செய்துள்ள பாதுகாப்பு விதிகளைப் பின்பற்றுங்கள்.

**உஷார் — இல்லாவிடில் உங்கள் குடும்ப மகிழ்ச்சி, சோகக் கதையாகி விடக்கூடும்.**

**லாஸ் ப்ரிவென்ஷன் அசோசியேஷன் ஆஃப் இந்தியா லிட்.,**
(ஆதரவு வழங்குவோர்: ஜெனரல் இன்ஷூரன்ஸ் இண்டஸ்ட்ரி)
வார்டன் ஹவுஸ், ஸர் பி.எம். ரோடு, பம்பாய் 400 001.

LINTAS LPA AS14 2216 T

ஜான் பதறியடித்துக் கொண்டே ஓட, மூளை பாதிக்கப்பட்ட நிலையில் மனைவி இறந்தது தெரிய வந்ததும்.. ஜான் கதறியழுதார்!

ஆரோக்கியத்துடன் இருந்த மனைவி... ஏன், எப்படி இறந்தாள்? ஆஸ்பத்திரி நிர்வாகம் சரியாக பதில் கூறாமல், ஆபரேஷனுக்கான 'பில்'லை (36 ஆயிரம் திர்ஹாம்கள் — ரூ 1½ லட்சம்!) கொடுத்து, இறந்ததற்கான காரணத்தையும், சம்பந்தப்பட்ட 'மெடிக்கல் ரிப்போர்ட்டை'யும் கொடுக்க மறுத்தது. ஜான், முன்தொகையாக ஏற்கெனவே ரூ 18 ஆயிரம் கொடுத்திருந்தார். ஆபரேஷன் தொகையைக் கொடுக்க மறுத்ததால்... ஆஸ்பத்திரி நிர்வாகம் 'பிணத்தை'க் கொடுக்க மறுக்க, நிர்வாக அதிகாரியை வசைமாரி பொழிந்த ஜான், போலீஸில் புகார் கொடுத்து, கோர்ட் மூலம், சவப் பரிசோதனைக்கு ஏற்பாடு செய்ய, வழக்கு தொடர்ந்தார்.

ஜானின், மனைவியின் உடல், குளிர்ப்பதன அறையில் (தினசரி வாடகை ரூ. 2 ஆயிரமென, ஆஸ்பத்திரி நிர்வாகம் கூறியது) அடைத்தது. இரு குழந்தைகளோடு, போராடிய ஜான், கோர்ட்டுக்கும், காவல் துறைக்கும், ஆஸ்பத்திரிக்கும், தினசரி அலைந்தார். 10 நாட்கள் கழிந்ததும், 'பப்ளிக் பிராசிக்யூட்டர்' மூலம், ஜானின் மனைவியின் உடலுக்குப் 'பிரேதப் பரிசோதனை' நடத்தப்பட்டது. மருத்துவ ரெகார்டுகளை போலீஸ் கைப்பற்ற அதன் விவரங்களை ஜெர்மனியில் வசிக்கும் தன் தந்தைக்கும், சகோதரிக்கும் ஜான் அனுப்பினார். இருவருமே ஜெர்மனியில் பிரபல டாக்டர்கள்! ஃபேக்ஸ் மூலம் ரெகார்டுகள் பறந்தன!

நீதிமன்றம் நடத்திய பிரேதப் பரிசோதனையில், பெண்ணின் வலது இடுப்பு எலும்புப் பகுதியிலுள்ள இரத்தக் குழாயிலும் (ஆர்டரி) கீழ் 'வெய்னி'லும் வெட்டுப்பட்ட அறிகுறி இருந்ததென்றும், அதன் விளைவாக ஏற்பட்ட ரத்தக் கசிவில் மார்பு, வயிறு மற்றும் பெல்விஸ் பகுதியில் இரத்த சேதம் (ஹேமரேஜ்!) இருந்தது ஊர்ஜிதமாக, ஜானின் மனைவி கருத்தடை ஆபரேஷனில் இறந்தது... டாக்டரின் திறமையற்ற, பொறுப்பற்ற நடத்தையே காரணம் என கோர்ட் மூலம், தீர்ப்பு வர, டாக்டர் கைது செய்யப்பட்டார்! இந்த காலகட்டத்தில், ஜெர்மனியிலிருந்து வந்த சாவுக்கான காரணங்களும் இதையே குறிப்பிட்டன!

ஆபரேஷனில் கோளாறு ஏற்பட்டதும், ரத்த சேதத்தால் மூளை பாதிக்கப்பட்டது தெரிந்தும், 'குண்டலை', தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவில் (இன்டென்சிவ் கேர்!) வைத்து, அவள் இறந்ததும், குளிர்ப்பதன அறைக்கு சவம் மாற்றப்பட்டது! இத்தனை விஷயங்களும், போலீஸ், கோர்ட் விசாரணையில் வெளிவந்தது! தன் ஒரு வயது மகனை, நண்பரின் குடும்பத்திலும், ஏழு வயது



வெங்காயச் சட்னி உடனே தயார் செய்ய வேண்டுமா? இதோ ஒரு சுலபமான வழி: இட்லிக்குத்தொட்டுக்கொள்ளும் மிளகாய்ப் பொடியுடன் வெங்காயத்தை வெட்டிப்போட்டு அரைத்தெடுத்தால் திடீர் வெங்காயச் சட்னி தயார். சுவையாகவும் இருக்கும்.

எலுமிச்சம் பழஜூஸ்செய்யும்போது சர்க்கரை எவ்வளவு போட வேண்டும் என்பதற்கு ஒரு சுலபமான வழி. பிழிந்த எலுமிச்சம் பழச் சாற்றை ஒரு பாத்திரத்தில் அளந்து போட்டால் அதே பாத்திரத்தினால் இரண்டு மடங்கு சர்க்கரை அளந்து போட்டால் சரியாக இருக்கும்.

— மீனாட்சி.

மகளை தன்னோடு வைத்துக் கொண்டும், பாதி நாள் மட்டும் வேலை செய்து, மன நிம்மதி இழந்து, நாட்களை கடத்திக் கொண்டிருக்கிறார்... ஜான்!

ஷார்ஜாவில், வழக்கு நடந்து கொண்டிருக்கிறது. இஸ்லாமிய சட்டத்தில் தீர்ப்பு விரைவாகவும், தண்டனை கடுமையாகவும் இருக்கும். பொறுப்பற்ற முறையில் கருத்தடை ஆபரேஷன் செய்த டாக்டரின், உரிமம் (லைசென்ஸ்) பறிக்கப்பட்டு, கிளினிக்கும் தற்காலிகமாக மூடப்பட்டுள்ளது. 'தன் குழந்தைகளுக்கு, இச் சமயத்தில் ஒரு தாய் மிகவும் தேவையெனவும், அந்த இளம் பிஞ்சுகளின் எதிர்காலம், அன்பு, ஆதரவு, அணைப்பென்ற தேவைகளெல்லாம்... ஒரு பொறுப்பற்ற டாக்டரால், தாயின் இறப்பால் பறிக்கப்பட்டன' என்று புலம்புகிறார் — ஜான்!

— **அனிதாவின் அப்பா.**

சுந்தரம் அலுவலக வேலையிலிருந்து ஓய்வு பெற இரண்டு வருஷங்கள் இருக்கும் பொழுது. அடிக்கடி ஞாபக மறதி. ஆபீஸில் முக்கியமான 'பைலை' எங்கேயோ வைத்து விடுவார். ஆபீஸே தலைகீழாக மாறிய பின் கிடைக்கும். ஆபீஸில் அத்தனை பேரும் 'மறதி மன்னன்' என்று பெயர் சூட்டும் அளவிற்கு எதை எடுத்தாலும் மறந்து விடுவார்.

வீட்டில் மருமகள், 'கிழத்துக்கு என்ன அப்படியொரு ஞாபக மறதி' என்று முணு முணுப்பாள். மனைவி மட்டும் "பாவம், வயசாச்சு" என்று சகித்துக் கொண்டு போவாள்.

கொஞ்ச நாளிலே அவரது சுபாவம் மாறி விட்டது. எப்பொழுதும் உடை விஷயத்தில் மிக்க கவனம் செலுத்தும் அவர், ஏனோ தானோ என்று டிரஸ் செய்து கொள்வதும், தான் — தன் சுகமே பெரிது என நினைக்கவும், சிடுசிடுப்புடன் எதற்கு எடுத்தாலும் விவாதம் புரிய, ஏன் சுந்தரம் இப்படி மாறினார் என்று எல்லோரும் திகைக்க...

இது என்ன? எதனால் முதுமையின் ஆரம்ப நிலையில் இப்படி ஒரு ஞாபக மறதி? குணம் மாறிப் போகும் அளவிற்கு என்ன மாற்றம்? எதனால் வந்தது?

மனோதத்துவ நிபுணர், டாக்டர் ரகுராமிடம் உரையாடியதில் சில விளக்கங்கள் கிடைத்தன.

டாக்டர் ரகுராம்: மேலே குறிப்பிட்டது டிமென்ஷியா என்னும் ஒரு மன நோய். சில வகை மன நோய்கள் ஆர்கானிக் வகை. இந்த 'ஆர்கானிக்' வகை நோய்களுக்குச் சில காரணங்கள் உண்டு.

**இந்த நோயின் தன்மையை விளக்க முடியுமா?**

டாக்டர் ரகுராம்: முதுமை தொடங்குகிற பொழுது உடம்பிலே சில மாறுதல்கள் ஏற்படும். பொதுவாகத் தேய்மானம் நிறைய. மூளையின் செல்களிலும் தேய்மானம், மாற்றங்கள் உண்டாகும். இந்த மாற்றத்தால் ஞாபக சக்தி போன்ற முதன்மைச் செயல் திறன்கள் பாதிக்கப்படும்.

# வயதானால் ஞாபகமறதி



**இந்த நோயின் ஆரம்ப அறிகுறிகள் என்ன?**

டாக்டர் ரகுராம்: சமீபத்தில் நடந்தது எல்லாம் மறந்து போகும். உதாரணமாகக் காலையிலே என்ன டிபன் சாப்பிட்டோம் என்பது ஞாபகம் வராது. ஒரு விஷயத்திலே மனத்தைச் செலுத்த முடியாமல் இருக்கும். ஞாபக மறதி மிகவும் அதிகரிக்கும். சில சமயங்களில் இந்த ஞாபக மறதியை நாம் கண்டு கொள்வது இல்லை. ஞாபகமறதியைப் போனால்போகிறதுஎன்று விட்டுவிடுகிறோம்.

**இந்த மாதிரி ஆரம்பத்திலே விட்ட பின்னால் நன்றாகத் தெரியக் கூடிய அறிகுறிகள் என்ன?**

டாக்டர் ரகுராம்: குணமே மாறிவிடும். சுயநலம் அதிகரிக்கும். எதற்கு எடுத்தாலும் விவாதிப்பது. பிடிவாதமாக இருப்பது. உதாரணமாக ஒருவர் இந்த நோய் வருவதற்கு முன்னாலே ரொம்ப நன்றாக ட்ரஸ் விஷயத்திலே அக்கறை காட்டுவார். வேலையிலே ஆர்வமாக இருக்கிறவர், இந்த நோய் வந்த பின்னால்தலைகீழாகமாறிவிடுவார். வேலையிலே 'இன்ட்ரெஸ்ட்' இல்லாமல் இருப்பதும், ஏனோ தானோ என்று ட்ரஸ் பண்ணுவதுமாக மாறி விடுவார்.

**இந்த நோய் எந்த வயதிலே சாதாரணமாக வருகிறது?**

டாக்டர்: சாதாரணமாக 45 விருந்து 60 வயது வரை வருவது முதுமைப் பருவத்திற்கு முன் வருவது. இரண்டாம் வகை முதுமைப் பருவத்தில் வருவது. இரண்டிலும் குறிப்பிட வேண்டிய விஷயம் வெளிப்படையாக நோயின் அறிகுறிகள் தெரியாது. டிமெனஷியா மூளையின் செல்கள் சம்பந்தப்பட்டாலும், பொதுவாக நரம்புக் கோளாறுகள் எதுவும் இருக்காது. தலைவலி, பலவீனம் அல்லது பக்கவாதம் என்று வெளிப்படையாகச் சொல்லக் கூடிய நரம்புக் கோளாறுகள் எதுவுமே சொல்ல மாட்டார்கள். இதையெல்லாம் விட இந்நோய் வந்தவர்களுக்குத் தங்களிடம் ஏற்பட்டுள்ள மாறுதல் புரியாது; தெரியாது. பல சந்தர்ப்பங்களில்கூட இருப்பவர்கள்தான் இந்நோயை அறிய முடியும். உணர முடியும்.

**இந்த "டிமெனஷியா"விற்குக் காரணங்கள் என்ன?**

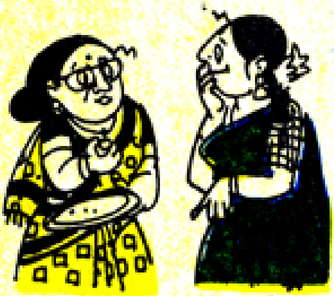
டாக்டர்: முதல் வகைக்கு மூளையில் உள்ள செல்களில் ஏற்படும் மாறுதல்கள். இது இயற்கையாக, முதுமையில் ஏற்படுவது. இரண்டாவது வகைக்குக் காரணம் அபரிமிதமான குடிப்பழக்கம். மூளைக்குப் போதுமான இரத்தக் குறைவு. தலையில் ஏற்படும் விபத்துக்கள், பால்வினை நோய்கள், நாளமில்லா சுரப்பிகளில் ஏற்படும் குறைகள் என்று கூறலாம்.

**சில வகை 'டிமெனஷியா'' குணமடையும் என்கிறார்களே?**

டாக்டர்: 'ரிவர்ஸிபின்' எனப்படும் டிமெனஷியா' குணமாகும். நரம்பியல் வல்லுனர்களை அணுகினால் இது நிவர்த்திக்கப்படும் — அதுவும் குறிப்பிட்ட வகைகளுக்கு மட்டுமே.

**நீங்கள் சொன்ன இந் நோயின் அறிகுறிகள் இருந்தால் என்ன செய்ய வேண்டும்?**

டாக்டர்: முதலில் ஒரு மனோதத்துவ நிபுணரிடம் சென்று பரிசோதனை செய்துவிட்டுப் பின்னால் குறிப்பிட்ட பரிசோதனைகளைச் செய்ய வேண்டும். ''நியூரோஸைக்காலஜிக்கல்' மதிப்பீடு — டிமெனஷியா முதலாவது ரகமா, இரண்டாவது ரகமா என வெளிப்படுத்தும். கூடவே சி.



ஜனவரி மங்கையர் மலர் இதழில் ஒரு சகோதரி அடை தட்டும் போது திடீர் விருந்தாளி வந்துவிட்டால் சமாளிக்கும் வழி சொல்லியிருக்கிறார். இதோ இன்னும் இரண்டு வழிகள்.

1. வீட்டிலிருக்கும் இட்லி தோசை ஒரு கப், கடலை மாவு ஒரு கப், காரப்பொடி 2 டீஸ்பூன், உப்பு 1 டீஸ்பூன் போட்டுத் தண்ணீர் விட்டுக்கலந்து அரைத்து வைத்துள்ள அடை மாவுடன் கலந்து விடவும். நம்கலப்படம்விருந்தாளிக்குத்தெரியவே தெரியாது.

2. ரவை 1 கப், அரிசி மாவு 1 கப், கடலை மாவு 1 கப், காரப் பொடி 3 டீஸ்பூன், உப்பு 1½ டீஸ்பூன் கலந்து தண்ணீர்விட்டுக் கரைத்து அரைத்தமாவுடன் கலந்து விடுங்கள். மெது அடை கிடைக்கும். கலப்படக் குட்டும் வெளிப்படாது.

ஆபீஸிலிருந்து திரும்பும்சகோதரிகள் இன்று என்ன டிபன் செய்வது என்று தலையைச்சொறியும்போது, இவ்வகைக் கலவை செய்து வெங்காயம், கீரை போன்றவற்றைச் சேர்த்துத் திடீர் அடை செய்து மாமியார் மெச்சும் மருமகளாகலாம்.

— கிரிஜா.

டி. ஸ்கேன் டிமென்ஷியா இருப்பதை உறுதிப்படுத்தும்.

**இத்தகைய நோயாளிகளை வீட்டிலே வைத்துப் பார்ப்பது நல்லதா?**

டாக்டர்: இத்தகைய நோயாளிகளை வீட்டிலே வைத்துப் பார்ப்பது நல்லதா என்ற கேள்வியே வேண்டாம். இவர்கள் வீட்டிலேதான் இருக்க வேண்டும்! இந்தியாவில் பெருமைப்பட விஷயம் என்னவென்றால், இந்த நோய் இருந்தாலும் வயதானவர்கள் என்கிற முறையில் மரியாதையுடன் நடத்தப்படுத்துகிறார்கள். இன்னும் கூட்டுக் குடும்பங்கள் வயதானவர்களையும், அவர்களின் உடல்நலக் குறைவையும் பொறுத்துக் கொண்டு கவனிக்கும் இந்த அம்சம் வெளிநாடுகளில் இல்லாததால் டிமென்ஷியா நோயாளிகள் மனநல ஆஸ்பத்திரியில் சேர்க்கப்படுகிறார்கள். ஆனால் இந்த நோயாளிகள் வீட்டிலேதான் இருக்க வேண்டும். இவர்களுக்குத் தேவை கவனிப்பும், அன்பும், ஆதரவும்.

இந்த நோய் வந்தவர்களுக்குக் கொஞ்ச நாளில் தன் பெயர் மறந்து போகும். குடும்பத்தினர் பெயர் மறந்து போகும். காலையா, மாலையா எனத் தெரியாது. உறவினர்கள் பெயர்கள் ஞாபகத்திற்கு வராது. அவ்வளவு ஏன்? சொந்த விஷயங்கள் பல மறந்து போகும். பல் துலக்கினோமா, குளித்தோமோ, சாப்பிட்டோமோ எனச் சந்தேகம். இவர்களை அன்புடன் நடத்த வேண்டும். குடும்பத்தினரைப் பொறுத்தவரை உயிருடன் இருந்தும் இல்லாதவர்களே. ஏனென்றால் நோயாளி கணவன் மனைவியை மறந்து போகலாம். மகள், மகன் யார் எனத் தெரியாது. எதுவும் மறந்து போகும் நிலையில் குடும்பத்தினர் சோகம் அளவிட முடியாதது.

மறந்து போகும் அளவு இவர்களது நோயின் தன்மை இருப்பதால் இவர்களின் நிலையைப் புரிந்து கொண்டு ஆதரவு காட்ட வேண்டும். 'என் பெயர் என்ன?' என்று கேட்டு தொந்திரவு பண்ணுவதை விட "நான் சங்கர் வந்திருக்கிறேன்" என்று அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டால் இவ்வகை நோயாளிகளுக்கு மனப்பாரம் குறையும்.

மீண்டும் டிபன் சாப்பிட வேண்டும் என்று சொன்னால் நோயின் தன்மையே தவிர வேண்டும் என்று செய்வது அல்ல எனப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். இது இரண்டாவது குழந்தைப் பருவம். குழந்தைகளைக் கவனிப்பது போல உங்கள் அன்பும், கவனிப்பும், ஆதரவும் தேவைப்படுகிற பருவம் இது.

**இவ்வகை நோயாளிகளைக் கவனிக்கும் பொழுது முக்கியமாக என்ன செய்ய வேண்டும்?**

டாக்டர்: நோயாளியின் அருகிலே இருந்து கவனிப்பவருக்குப் பொறுப்பு அதிகம். சில சமயம் பொறுப்பாக கவனிப்பவருக்குச் சோர்வு தரக்கூடிய நிலை உண்டாகும். இருந்தாலும் இவர்களைத் தனியாக விடக் கூடாது. ஏனென்றால் இவர்களுக்குத் திரும்பி வரத் தெரியாது. நெருப்பு, நெருப்புப் பெட்டி பக்கத்திலோ அல்லது அடுப்பங்கரை அருகிலோ விடக் கூடாது. மின் சாதனங்களைக் கையாளும்படி இருந்தால் கூடவே ஒருவர் இருக்க வேண்டும். கீழே விழுந்து விபத்து ஏற்படுத்திக் கொள்வதையோ, இவர்களை நோயாளிகள் மாதிரி படுக்கையிலேயே இருக்க வைத்து "படுக்கைப் புண்" வரவழைப்பதையோ தவிர்க்க வேண்டும்.

**முழுக்க குணம் அடைய வாய்ப்பு உண்டா?**

டாக்டர்: உலக ஜனத் தொகையில் 5% இவ்வகை நோய்க்கு ஆளாகிறார்கள். மூளையின் செல்கள் பழுது அடைவதால் முழுக்க முழுக்க குணம் என்பது கிடையாது. புது வகை மருந்துகள் மேலும் நரம்புகள் பழுது அடைவதைத் தடுக்க வந்துள்ளன.

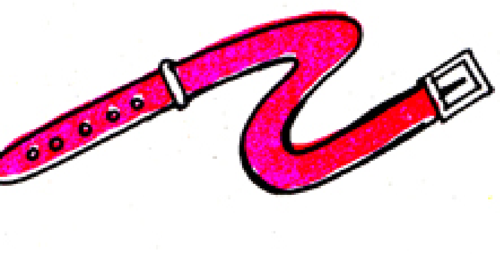
இன்னும் ஒன்று: டிமென்ஷியாவும், மன இறுக்கமும் (டிப்ரெஷன்) சில சமயம் இனம் பிரிக்க முடியாமல் இருக்கும். அதிலே ஜாக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும்.

குறிப்பு: இந்தக் கட்டுரையில் இன்ன நோய் என்று தெரியாமல் டாக்டர், டாக்டராகக் காட்டுபவர்களுக்கும், என்ன என்று தெரியாமல் தவிர்ப்பவர்களுக்கும் நோயின் தன்மையைக் கோடி காட்டியுள்ளேன். இது எல்லாம் நம் வீட்டுத் தாத்தாவிற்கு இருக்குமோ என எண்ணி பயப்பட வேண்டாம். தாத்தாவை இழுத்துக் கொண்டு டாக்டரிடம் ஓட வேண்டாம்.

— **பூங்கோதை குருதாஸ்.**

**புதிய பெல்ட் வாங்கியவுடன் அதில் மேலும் சில துளைகள் போட வேண்டியிருந்தால் பழுக்கக் காய்ச்சிய தடிமனான ஊசியைத் தகுந்த இடத்தில் வைக்கவும். கலபமாக துளை உண்டாகும்.**

— **வஸந்தி.**



IDEAL KITCHEN

# காளிக்குத்தான் முதல் நன்றி
## ஆம்! எவ்வளவு நேரம் மிச்சமானது !



சமையலில் விரைவு
சத்துப்பொருளும்
வீணாவதில்லை

# காளி

## காப்பர்-பாட்டம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் சமையல் பாத்திரம்

இவரைச் சுற்றி எத்தனை வேலைகள் !
'காளி' இருப்பதால் அத்தனையும் சுலபமே.
காளி காப்பர் பாட்டம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல்
என்றாலே மிகவும் பெருமைப்படுகிறார்.

- ISI முத்திரை கொண்டது
- இந்திய அரசின் முதல் தேசிய விருது பெற்றது
- உயர்ந்த தரத்திற்கு AISI 304 (18/8) சேலம் ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீலால் ஆனது.

ஸாஸ் பான், கடாய், வாணலி, தோசைக்கல், ஸ்கில்லெட்ஸ், ஸ்டீம் குக்கர் (பேடண்ட் 200), கிச்சன் காம்பேக்ட் ...
இப்படி பல வகைகள்.

kali
முத்திரையை
கவனித்திடுவீர் –
இதுவே அசல்
தரத்தின் ஆதாரம்!

# காளி

இல்லத்தரசியின் இனிய துணை

IS : 4536



# 500 உஜாலா ரொக்கப் பரிசுகள்

# உஜாலா

## உஜாலாவின் விஞ்ஞானத் தன்மை

### மனோதத்துவம்

குழந்தைகள் இளமனதில் வெள்ளை ஆடைகள் எந்த அளவிற்கு சுகாதாரம், ஒழுக்கம், இலட்சியம் மற்றும் இதரப் பண்புகளை வளர்க்க உதவுகின்றன என மனோதத்துவ நிபுணர்கள் உங்களுக்கு கூறுவார்கள்

### பௌதீகம்

வெள்ளை ஆடைகள் எவ்வாறு சூரிய ஒளியிலிருந்து பெருமளவு உஷ்ணத்தை வெளியேற்றி சருமத்தைக் காக்கின்றன என்றும் உஷ்ணத்தினால் சருமம் கருமையாகாமல் எவ்வாறு காக்கின்றன என்றும் பௌதீக நிபுணர்கள் உங்களுக்கு கூறுவார்கள்.

### இரசாயனம்

ஒப்பற்ற, நுட்பமான இரசாயனம் மட்டுமே பளிச்சென்ற, மாசற்ற ஒளி வீசும் வெண்மையை வெள்ளை ஆடைகளுக்கு தர முடியும். இவை அனைத்தும் அடங்கிய தயாரிப்பே உஜாலா. இது ஒரு சாதாரண சொட்டு நீலம் அல்ல. நீரில் விரைவாக கரைய வேண்டும் — உடைகளின் இழைகளில் ஆழ ஊடுருவி வேகமாக உறிஞ்சப்பட வேண்டும் — விஞ்ஞான முறை அற்ற தயாரிப்புகளில் இருப்பது போன்ற இரசாயனம் இருத்தல் கூடாது; அவற்றை தொடர்ந்து உபயோகித்தால் துணிகளுக்கு சேதமுண்டாகும் அல்லது குழந்தைகளின் சருமத்திற்கு தீங்கு உண்டாக்கும். தவிர துணிகளில் படிந்திடும் கறை போன்றவையினால் சோபையிழந்து காணப்படும் இவை அனைத்து விஷயங்களையும் மனதில் கொண்டே, அங்கக இரசாயனத்தில் டாக்டர் பட்டம் பெற்றுள்ள விஞ்ஞானி ஒருவரால் பல்வேறு ஆராய்ச்சி மற்றும் பரிசோதனை செய்யப்பட்டு உருவாகி உள்ளது உஜாலா.




### உஜாலா பாதுகாப்பின் சின்னம்

வாய்வழி நச்சு மூலம் (ORAL TOXICITY TEST) நடத்திய ஆராயச்சிகள், உஜாலா நச்சுத் தன்மை அற்றது என நிரூபித்து உள்ளன. சரும அரிப்பு பரிசோதனை (SKIN IRITATION TEST) நடத்தியதில் சருமத்திற்கு அரிப்பு ஏற்படுத்துவது இல்லை என்றும் கண்டு அறியப்பட்டுள்ளது.

உஜாலாவில் ஆடைகளுக்கு சேதமுண்டாக்கும் எந்த இரசாயனமும் கிடையாது. எனவேதான் உஜாலாவை மீண்டும், மீண்டும் வாங்குகிறார்கள்

### 500 உஜாலா ரொக்கப் பரிசுகள் :

இன்றைய நுகர்வோர்கள் இலவசமாய கிடைக்கும் மற்ற பொருள்களுக்காக இன்றி உஜாலா போன்ற நல்லதொரு பொருளை வாங்குவதன் காரணம் என்ன ? நுகர்வோர்கள் உஜாலாவை எப்படி கவனித்து வாங்குகிறார்கள் என்றும் ? எப்படி உஜாலாவைப் போல் தோற்றமளிக்கும் விஞ்ஞான முறையற்ற சொட்டு நீலங்களை வாங்குவதை தவிர்க்கிறார்கள் என்பதையும் உஜாலா பாட்டிலில் உள்ள விலாசத்திற்கு ஜுன் 30தி 1991 முன்பு அனுப்பவும். தகுந்த விமர்சனங்களுக்கு ரூ. 50 வீதம் 500 நபர்களுக்கு ரொக்கம் பரிசாக வழங்கப்படும்.

RAM/JL/2.05

**JYOTHY LABORATORIES, BOMBAY.**

# பெண்மணிகள் தெரிந்து கொள்ள



— ஜகத்குரு காஞ்சி காமகோடி பீடாதிபதி ஸ்ரீ ஜயேந்திர சரஸ்வதி சங்கராச்சாரிய சுவாமிகள்.

தாக்ஷாயணி தன்னுடைய உடலை தக்ஷ வேள்வித் தீயில் அர்ப்பணித்துக் கொண்ட சமயத்தில் உடல் எரிந்து ஐம்பத்தியோரு கூறுகளாக பாரத நாட்டின் பல பகுதிகளில் விழுந்தது. அது தற்பொழுதைய பாரதம் அல்ல. முற்கால பாரதம். (அதாவது இந்தியா, சீனா, பாகிஸ்தான், ஆப்கானிஸ்தான், வங்காளம், நேபாளம், இலங்கை முதலிய பல நாடுகளைக் கொண்டது) இப்பொழுதும் அந்த நாடுகளில் தாக்ஷாயணியின் உறுப்புகள் விழுந்த சக்தி பீடங்கள் இருக்கின்றன. இந்தியாவில் கன்னியாக்குமரி முதல் காஷ்மீர் வரை பல இடங்களில் இந்த சக்தி பீடங்கள் விளங்குகின்றன. இந்த சக்தி பீடங்கள் தற்போது உள்ள பல இடங்களில் அருவத்திலும், உருவத்திலும் வழிபாடு இப்பொழுதும் நடைபெற்று வருகிறது. அதாவது அருவமாக உள்ள ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் உருவமாக ஸ்ரீ அம்பாளின் கவசத்தைச் சாற்றி பூஜை நடைபெற்று வருகிறது.

மலைகளுக்கெல்லாம் அரசனான ஹிமவான் நெடு நாட்களாக மகப்பேறு இல்லாததினால் பார்வதி — பரமேஸ்வரனை ப்ரார்த்தித்துக் கொண்டிருந்தான். அதற்கேற்றவாறு, வேள்வித் தீயில் உடலை எரித்துக்கொண்ட தாக்ஷாயணி ஹிமவானுக்குப் பெண்ணாகப் பிறந்தாள். ஹிமவானுக்குப் பெண்ணாகப் பிறந்ததினால் ஹைமவதி என்று பெயர்.

சிறு வயது முதல் ஹைமவதி தெய்வீகப் பொலிவோடு விளங்கிக் கொண்டு வந்தாள். எப்பொழுதும் பரமேஸ்வரனையே நினைத்து வழிபட்டுக் கொண்டிருந்தாள். ஒரு சமயம் பரமேஸ்வரனையே விவாஹம் செய்து கொள்ள (தவம் செய்ய விரும்பி) வேண்டுமென்று தாய்தந்தையரான ஹிமவான் — மேனையிடம் அனுமதி கேட்டாள்.



இங்கே ஒரு நீதி நினைவுக்கு வர வேண்டும். "கன்னிப் பெண்கள் தாய் — தந்தையரின் ஒத்துழைப்புடன் வாழ்க்கை நடத்த வேண்டும். திருமணத்திற்குப் பிறகு கணவனின் ஒத்துழைப்புடன் வாழ்க்கை நடத்த வேண்டும். கணவன் இல்லாதவர்கள் தங்களுடைய மகன் — மகள்களுடன் வாழ்க்கை நடத்த வேண்டுமென்று". நீதி சாஸ்திரம் கூறுகிறது. அந்த அறிவுரையின்படி தவம் செய்ய தாயை அணுகி அனுமதி கேட்ட போது. "சிறு வயதில் தவம் செய்வது மிகக் கடினம். அதுவும் பரமேஸ்வரனை அடைவது மிகமிகக் கடினம். ஆகவே இந்த எண்ணத்தைக் கை விட்டு விடு." என்று தடுத்து நிறுத்திய போதுதான் "உமா" என்ற பெயர் பார்வதிக்குக் கிடைத்தது.

"உ" தவம் முதலிய செய்கைகளுக்கு "மா" சொல்லவேண்டாம். இந்த உமையானவள் தாய் தகப்பனாரின் சொல்லைக் கேட்டு: தான் பரமேஸ்வரனை அடைய வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை உறுதியாக அவர்களுக்குச் சொல்லி தவத்திற்கு அனுமதி கேட்டாள். ஹிமவானும், பரமேஸ்வரனிடம் அசைக்க முடியாத பக்தி கொண்ட பார்வதியை மனமார மெச்சி மகிழ்ந்து உறுதுணையாக சில தோழிகளையும் அனுப்பி வைத்தார்.

பார்வதியும் தன்னுடைய கன்னிகை நிலைக்கேற்றவாறு அலங்கரித்துக் கொண்டதோடு கூட பரமேஸ்வரனை தியானம் செய்து வழிபட்டாள். அப்பொழுது பரமேஸ்வரன் சிறிய பிரம்மச்சாரி (மாணவனாக) வடிவமாகத் தோன்றினார். (கந்த புராணத்தில் முதிய கிழவராக வந்ததாகவும் சொல்லப்படுகிறது) தவம் செய்யும் உமா தேவியின் முன்பு பரமேஸ்வரனைப் பற்றி நிந்தனை செய்தும்; தன்னைப் பற்றிப் புகழ்ந்து கொண்டும், வெகு நேரம் பரிகாசப் பேச்சுப் பேசி வாதம் செய்தான் மாணவ வடிவத்தில் வந்த பரமேஸ்வரன்.

அப்பொழுது. உமாதேவி வந்தவரிடம் நேராகப் பேசாமல் பக்கத்தில் உள்ள தோழியை அழைத்துப் பேசினாள். இதன் மூலம் ஒரு நீதி நமக்குத் தெரிகிறது. "வந்தவர் யாராக இருந்தாலும், அவரிடம் பெண்மணிகள் உடனடியாகப் பேச்சு வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது. குழந்தைகள் மூலமாகவோ, மற்றவர்கள் மூலமாகவோ பேச வேண்டுமென்பதைத் தெரிவிக்கிறது.

"ஏ தோழியே! நான் வணங்கும் தெய்வத்தைப் பரிகாசமாகவும், இழிவாகவும் பேசும் இந்த மாணவனை இங்கிருந்து அகற்று. ஏனென்றால் அவனுக்குப் பரமேஸ்வரனைப் பிடிக்கவில்லையென்றால் அவன் எங்காவது சென்று நிந்தனை செய்து கொண்டிருக்கட்டும். அந்த நிந்தனை வார்த்தைகளை நாம் கேட்டால் நமக்கும் அந்த நிலையில் அதன் மேல் ருசி இருக்கிறதோ என்று எண்ணி மேலும் மேலும் உற்சாகமாக நிந்தனை செய்ய நாம் தூண்டு



வேக வைத்த உருளைக்கிழங்கை (முழு) நீள நீளமாக அரிந்து உப்பு காரம் பிசிறி எண்ணெயில் வறுவலாகச் செய்தால் சித்ரான்னங்களுக்குத் தொட்டுக் கொள்ளச் சுவையாக இருக்கும்.

— இந்திரா.

கோலாக ஆவோம்.

ஆகவே ஈஸ்வர நிந்தனை செய்பவனுக்கு ஒரு பங்கு பாவம். ஆனால் அதைக் கேட்பவர்களுக்கு இரண்டு பங்கு பாவம் வந்து சேரும்." என்பதை உணர்த்துகிறாள். இதிலிருந்து ஒரு நீதி புலனாகிறது. நாம் ஒவ்வொருவரும் நல்லவர்களாகவே இருக்கிறோம். பொழுது போக்காக தீயதைப் பார்ப்பதற்கும், தீயதைக் கேட்பதற்கும் நமது கண்ணையும், காதையும் ஈடுபடுத்துகிறோம். அதனால் பலவிதமான, பல பங்கு துன்பங்களைக் கண்கூடாக அனுபவிக்கிறோம். ஆகவே பொழுதுபோக்காகவோ, விளையாட்டாகவோ கூட தீயதைப் பார்ப்பது. தீயதைக் கேட்பது. தீயதைப் படிப்பது போன்ற செய்கைகளில் ஈடுபடக் கூடாது.

இப்படித் தோழியிடம் சொல்லி விட்டு தன்னுடைய பிரம்மஞானத்தினால் பரமேஸ்வரன்தான் தன்னை இப்படிச் சோதிக்க வந்திருப்பார் என்பதை அறிந்து வந்தவரின் திருப்பாதங்களை உமாதேவி வணங்கினாள். அப்பொழுது பரமேஸ்வரன் அவர்களுக்குக் காட்சி அளித்து விட்டு மறைந்து விட்டார். பிறகு உமாதேவி தோழிகளுடன் ஹிமவானிடம் சென்று எல்லா செய்திகளையும் தெரிவிக்கிறாள். பிறகு ஹிமவான் பரமேஸ்வரனின் திருமணத்திற்கு வேண்டிய ஏற்பாடுகளைச் செய்தார் என்பது வரலாறு.

பெண்களின் திருமண விஷயத்தில் தாய் — தந்தையர்கள், நல்ல குலத்தை எதிர்பார்ப்பார்கள். உறவினர்கள், நல்ல வசதியுடன் இருக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்பார்கள். கன்னிப் பெண்கள் விசேஷமாக நல்ல கணவனாக இருக்க வேண்டுமென்று எதிர்பார்ப்பார்கள்.

"கன்யா வரயதே ரூபம் மாதா வித்தம்
பிதா ஸ்ருதம்
பாந்தவா: குலமிச்சந்தி மிஷ்டான்னம்
இதரே" ஜனா:

"பெண் அழகை எதிர்பார்ப்பாள். தாய் சொத்து சுகத்தை எதிர்பார்ப்பாள். தந்தை அறிவுத் திறனை எதிர்பார்ப்பார். உறவினர்கள் குலத்தை எதிர்பார்ப்பார்கள். மற்றவர்கள் விருந்தை எதிர்பார்ப்பார்கள்.

# பல தலைமுறையினரின் நம்பிக்கையான குழந்தைகளின் வயிற்றுவலி நிவாரணி

# ஓமம்




குழந்தைகளுக்கு வாயுவினால் ஏற்படும் வயிற்று வலியை போக்க சித்த, ஆயுர்வேத, யுனானி மருத்துவர்கள், மற்றும் அனுபவமிக்க தாய்மார்கள் ஓமத்தை பயன்படுத்தி நல்ல பலன் கண்டு வந்திருக்கிறார்கள்.

வீரிட்டழும் குழந்தையின் வாயு தொந்தரவு, வயிற்று வலி, வயிற்றுப்பொருமல், ஆகியவற்றை போக்கும் சிறந்த மருந்தான ஓமம், சரியான விகிதத்தில் **நியுபானில்** அடங்கியுள்ளது.

ஓமத்துடன், சதகுப்பை, ஏலக்காய், வசம்பு, கடுக்காய் போன்ற சிறந்த மற்ற மூலிகைகளும் **நியுபானில்** தேவையான அளவு சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

**நியுபான்** குழந்தைகள் விரும்பி சாப்பிடக்கூடியது. தொடர்ந்து கொடுக்கலாம். அஜீரணத்தைப் போக்கும். பின் விளைவுகள் ஏதுமில்லை. பாதுகாப்பானது.

ஓமம் மற்றும் சிறந்த மூலிகைகள் நிறைந்தது

**- நியுபான்**

குழந்தைகளின் வயிற்றுவலி நிவாரணி

PHARM PRODUCTS

தஞ்சாவூர் — 613 007

EXELADS/PP 583A/90 (R)

## முதல் பரிசு:
## பாசிப் பருப்பு நூடுல்ஸ்

தேவையான பொருட்கள்:

பாசிப் பருப்பு — 250 கிராம்,
ஜவ்வரிசி — 100 கிராம்,
புழுங்கலரிசி — 250 கிராம்,
வெந்தயம் — ½ டீஸ்பூன்,
டால்டா அல்லது ரீபைண்ட் ஆயில் — 2 டீஸ்பூன்,
உப்பு — தேவைக்கேற்ப.

செய்முறை:

பாசிப் பருப்பு, ஜவ்வரிசி, வெந்தயம் மூன்றையும் தனித் தனியாய் வெறும் வாணலியில் மணம் வரும் வரை வறுக்கவும். இவற்றுடன் புழுங்கலரிசியையும் சேர்த்து மிஷினில் கொடுத்து நைசாய் அரைத்து மாவாக்கவும். இதை முந்திய நாளே செய்து கொண்டால் எளிதாய் இருக்கும்.

இந்த மாவுடன், தேவையான உப்பு மற்றும் டால்டா அல்லது ரீபைண்ட் ஆயிலைச் சேர்த்து, வெது வெதுப்பான நீரில் கெட்டியாய்ப் பிசைந்து கொள்ளவும். பின் இடியாப்பத் தட்டுக்களில் பிழிந்து ஆவியில் வேக விடவும். இதுவே பாசிப் பருப்பு நூடுல்ஸ்.

தொட்டுக் கொள்ள சௌ சௌ கிச்சடி:

தேவையான பொருட்கள்:

சௌ சௌ காய் — ஒரு சிறு பாதி,
தேங்காய் — ½ மூடி,
பச்சை மிளகாய் — 4,
மிளகு — 5,
கடைந்த தயிர் — 2 டம்ளர்,
கடுகு — தாளிக்க,
உப்பு — தேவைக்கேற்ப,
கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி — சிறிது.

செய்முறை:

சௌ சௌ காயை, தோல் சீவி, மெல்லியதாய் நறுக்கி, 2 நிமிடம் வாணலியில் வதக்கவும். பின் தேங்காய், மிளகு, பச்சை மிளகாய், சௌ சௌ காய் அனைத்தையும் விழுதாக அரைத்துத் தயிரில் கலக்கி உப்பைச் சேர்க்கவும். அடுப்பை நிதானமாய் எரிய விட்டு, பொங்கி வரும் சமயம் இறக்கி, கடுகு, கறிவேப்பிலை தாளிக்கவும். கொத்துமல்லி தழையைத் துண்டுகளாக்கித் தூவவும்.

மேலே சொன்ன பாசிப் பருப்பு நூடுல்ஸுடன் சூடான கிச்சடி சேர்த்துப் பரிமாற சுவையான காலையுணவு தயார்.

— நித்யா, மதுரை — 2.

## இரண்டாம் பரிசு:
## நீர்ச் சீடை

தேவையான பொருட்கள்:

புழுங்கலரிசி — 1 கிலோ,
து. பருப்பு — 100 கிராம்,



• செண்பகம்



• நித்யா

இம்மாத

# இல்லத்தரசி



• ஸ்ரீஜா



• விஜயலட்சுமி

தேங்காய் மூடி — 1.
மிளகாய் வத்தல் — 15.
பெருங்காயம் — சிறிது.
உப்பு — தேவையான அளவு.
தேங்காய் எண்ணெய் — 2 தேக்கரண்டி.
கடுகு — 1 டீஸ்பூன்.

செய்முறை:

அரிசியையும், பருப்பையும் சேர்த்து சுமார் நான்கு மணி நேரம் ஊறவைக்கவும். நன்றாக ஊறியவுடன் உப்பு, மிளகாய், பெருங்காயம் சேர்த்து கிரைண்டரிலோ அல்லது உரலிலோ கெட்டியாக அரைக்கவும். பிறகு தேங்காயைத் துருவி மாவில் சேர்த்துப் பிசைந்து கொள்ளவும். பிறகு அந்த மாவை ஒரு காய்ந்த துணியில் கொட்டி சிறிது நேரம் பரப்பி விடவும். மாவில் கொஞ்சம் ஈரம் வற்றியவுடன் சீடைக்கு உருட்டுவது போல சிறிய சிறிய உருண்டைகளாக உருட்டிக் கொள்ளவும்.

பத்து நிமிடங்கள் கழித்து ஒரு வெண்கலப் பானையை அடுப்பில் வைத்து அதில் தேங்காய் எண்ணெயை ஊற்றி, நன்கு காய்ந்ததும் கடுகு, ஒரு மிளகாய் வத்தல் போட்டு தாளித்துக்கொண்டு அதில் நான்கு தம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றவும். ஒரு துளி உப்பைத் தண்ணீரிலே போடவும். தண்ணீர் நன்கு தளதளவென கொதிக்கும் போது உருட்டிய சீடைகளில் மூன்றில் ஒரு பகுதியை ஒரு தட்டில் எடுத்துக் கொண்டு கொதிக்கும் தண்ணீரில் போடவும். இரண்டு நிமிடங்கள் கழித்து அதே அளவு சீடையைத் தட்டில் எடுத்துக் கொண்டு பானையில் போடவும். பிறகு இரண்டு நிமிடங்கள் கழித்து மீதி எல்லாச் சீடைகளையும் எடுத்துத் தண்ணீரில் போடவும். கேஸை நன்றாக எரிய விட வேண்டும். 'சிம்'மில் வைக்கக் கூடாது. ஐந்து நிமிடங்கள் கழித்து ஒரு கரண்டி அல்லது ஒரு சட்டுவத்தின் அடி பாகத்தால் லேசாகக் கிளறி விடவும். ஐந்து நிமிடங்கள் கழித்துப் பார்த்தால் சீடைகள் நன்றாக வெந்து போய் தண்ணீர் சுண்டி விடும். பிறகு ஐந்து நிமிடங்கள் கேஸை சிம்மில் வைத்து விட்டு அணைத்து விடவும். பானையை ஒரு தட்டுப் போட்டு மூடி வைத்து விட்டு ஐந்து நிமிடங்களுக்குப் பிறகு திறந்து பார்த்தால் அருமையான நீர்ச் சீடைகள் ரெடி. மிகச் சுவையான இந்த நீர்ச் சீடையைக் குழந்தைகள் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள். பெரியவர்களுக்கும் எளிதில் ஜீரணமாகும்.

— ஜி. செண்பகம், சென்னை — 17.

## மூன்றாம் பரிசு:
## காலி ஃபிளவர் கட் — ரோல்ஸ்

தேவையான பொருட்கள்:

கடலைப் பருப்பு — 100 கிராம்.
பட்டாணி பருப்பு — 100 கிராம்.
காலி பிளவர் சிறியது — 1.
இலை கோஸ் — 1.
வற்றல் மிளகாய் — 6.
பெருங்காயம் — சிறிது.
உப்பு — தேவையான அளவு.
கடுகு — 1 டீஸ்பூன்.
எண்ணெய் — 100 கிராம்.

செய்முறை:

கடலைப் பருப்பையும், பட்டாணி

பருப்பையும் இரண்டு மணி நேரம் ஊற வைத்து, உப்பு, மிளகாய் வற்றல், பெருங் காயம் சேர்த்து கெட்டியாக மசிய அரைத்துக் கொள்ளவும். காலி ஃபிளவரை சிறு சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி, அரைத்த விழுதுடன் நன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். முட்டை கோஸில் ஒவ்வொரு இலையாக எடுத்து ஒவ்வொன்றிலும் கலவையை பரப்பி நன்றாகச் சுருட்டிக் கொள்ளவும். சுருட்டிய ரோல்களை பிரஷர் ஃபேனில் ஒரு நிமிடம் வேக வைக்கவும். அடுப்பில் வாணலி வைத்து எண்ணெய் ஊற்றி கடுகு வெடித்ததும், வெந்த ரோல்களை சிறு சிறு துண்டங்களாக நறுக்கி பொன்னிறமாக வதக்கவும். சூடான மொறு மொறுப்பான காலி ஃபிளவர் கட் ரோல்களைப் புதினா சட்னியுடன் சாப்பிட மிகுந்த சுவையாக இருக்கும்.

— எஸ். விஜயலக்ஷ்மி, சேலம் — 3.

## ஆறுதல் பரிசு:
## புதினா பருப்பு பிரட் ரவுண்ட்

தேவையான பொருட்கள்:

புதினா — புதிய இலைகளோடு கூடியது ஒரு கட்டு,
து. பருப்பு — 50 கிராம்,
க. பருப்பு — 50 கிராம்,
மசூர்தால் (சிவந்த தட்டை பருப்பு) — 50 கிராம்,
சமையல் எண்ணெய் (நல்லெண்ணெய் கூடாது) — 2 தேக்கரண்டி,
சீரகம் — 1 தேக்கரண்டி,
மிளகாய்ப் பொடி — 2 தேக்கரண்டி,
உப்பு — தேவையான அளவு,
வெண்ணெய் — 50 கிராம்,
பிரெட் — (சாண்ட் விச் செய்வதற்கு உபயோகிப்பது) 1 பாக்கெட்.

செய்முறை:

மூன்று பருப்புகளையும் தண்ணீரில் ஊறவைக்கவும். பிறகு கொஞ்சம் உப்பு சேர்த்து நறநறப்பாக தண்ணீர் விடாமல் அரைத்துக் கொள்ளவும். புதினாவை நன்றாக மண் போக அலம்பி பொடிப் பொடியாக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். நான் ஸ்டிக் பானில் இரண்டு டீஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு அடுப்பில் வைக்கவும். எண்ணெய் காய்ந்தவுடன் ஒரு டீஸ்பூன் சீரகத்தைப் போட்டு வாசனை வரும்வரை வறுக்கவும். பிறகு அரைத்து வைத்த பருப்பு விழுதைப் போட்டுக் கிளறவும். தீயை மிதமாக வைக்கவும். நன்றாக உதிர் உதிராக ஆன பிறகு, புதினாவைப் போட்டுக் கிளறி உடனே தீயை அணைத்து விடவும்.

பிரெட் ஸ்லைஸின் மீது விளிம்பில்லாத கப்பை வைத்து அழுத்தினால் வட்டமான துண்டு கிடைக்கும். எல்லா பிரெட் ஸ்லைஸ்களையும் இவ்வாறு வட்டத் துண்டுகளாக்கிக் கொள்ளவும். இரண்டு வட்டத் துண்டுகளை எடுத்துக் கொண்டு அதன் நடுவில் பருப்பு புதினாக் கலவையைச் சமமாகப் பரத்தவும். பிறகு கையில் தண்ணீரைத் தொட்டுக் கொண்டு ஓரங்களை லேசாக அழுத்தினால் ஒட்டிக் கொண்டு விடும். இவ்வாறு எல்லா பிரட்டையும் சேண்ட்வச்களாக செய்து கொள்ளவும்.

நான் ஸ்டிக் பானில் இரண்டு தேக்கரண்டி வெண்ணெயைப் போட்டு அடுப்பின் மீது வைக்கவும். தீயை மிதமாக எரிய விடவும். பான் காய்ந்தவுடன் பான் கொள்ளும் அளவிற்கு சாண்ட் விச்களைப் பரத்தி வைத்து, ஒரு பக்கம் நன்றாக முறுமுறுப்பாக ஆகும் வரை வைக்கவும். பிறகு திருப்பிப் போட்டு, மறுபக்கமும் முறுமுறுப்பாக ஆன பிறகு தீயை அணைத்து விடவும். நான் ஸ்டிக் பேன் இல்லாதவர்கள் தோசைக் கல்லில் இதைச் செய்யலாம். ஆனால் வெண்ணெய் கூடுதலாக இட வேண்டும். தக்காளி சாஸோடு சாப்பிட ஒரு சுவையான, சத்துள்ள சிற்றுண்டியாகும். இளம் வயதினரைக் கவரும் ஒரு பார்ட்டி உணவாகும்.

— பிரேமா நாராயணன், எர்ணாகுளம்.

## ஆறுதல் பரிசு:
## தயிர்க் கொழுக்கட்டை

தேவையான பொருட்கள்:

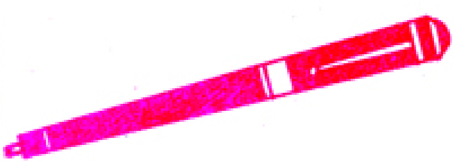
பூரணம் செய்ய:
உளுத்தம் பருப்பு — 1 கப்,
கடலைப் பருப்பு — ½ கப்,
பயத்தம் பருப்பு — ¼ கப்,
துவரம் பருப்பு — ¼ கப்,
பச்சை மிளகாய் — 15,
வற்றல் மிளகாய் — 15 (காரம் தேவைக் கேற்ப)
கறிவேப்பிலை — 1 கொத்து,
பெருங்காயம் — சிறிது,
உப்பு — தேவைக்கேற்ப.

மேல் மாவு:

அரிசி மாவு — 2 கப்,

**பால் பாயிண்ட் பேனா ரீபில் நேராகக் கீழே விழுந்தால் எழுதாது. அத்தகைய சமயங்களில் அதன் முனையை ஒரு கண்ணாடி மேல் நன்றாகத் தேய்த்து விட்டு எழுதினால் பழைய படி எழுதும்.**

**— வஸந்தி.**



தாய்மார்களுக்கு ஓர் நற்செய்தி!

**37 ஆண்டுகளாக வாடிக்கைக்காரர்களின் சேவையில் நன் மதிப்பைப் பெற்ற ஸ்தாபனம்!**

# செஞ்சுரி பிளவர் மில்ஸ் லிமிடெட்

இந்தியன் சேம்பர் பில்டிங்ஸ் எஸ்பிளனேட் - சென்னை — 600 108

எங்கள் தயாரிப்புகள்

RISING SUN BRAND

## உயர்தர மைதா, ரவை, ஆட்டா

சுத்தமான கோதுமையில் நவீன முறையில் தயாரிக்கப்பட்டவை

உங்கள் குடும்பத்தினருக்கு சுவை மிக்க, ஊட்டச் சத்து நிறைந்த சிக்கனமான செலவில் எளிதில் தயாரிக்கக்கூடிய பலவகை இனிப்பு பலகாரங்கள், பரோட்டா, பூரி, ரொட்டி, கேக், உப்புமா, சப்பாத்தி மற்றும் அவரவர்கள் சுவைக்கு ஏற்ற பண்டங்கள் என்றென்றும் தயாரித்திட சூரியன் மார்க் மைதா, ரவை, ஆட்டா உபயோகியுங்கள்.

ஒரு கிலோ பாக்கெடுட்களில் எல்லா கடைகளிலும் கிடைக்கும்

தொலைபேசி எண்:

தலைமை அலுவலகம்: 562043, 562044 மில்ஸ்: 661701, 662579

GRAMS: Century TELEX: 41-8118 CFM IN

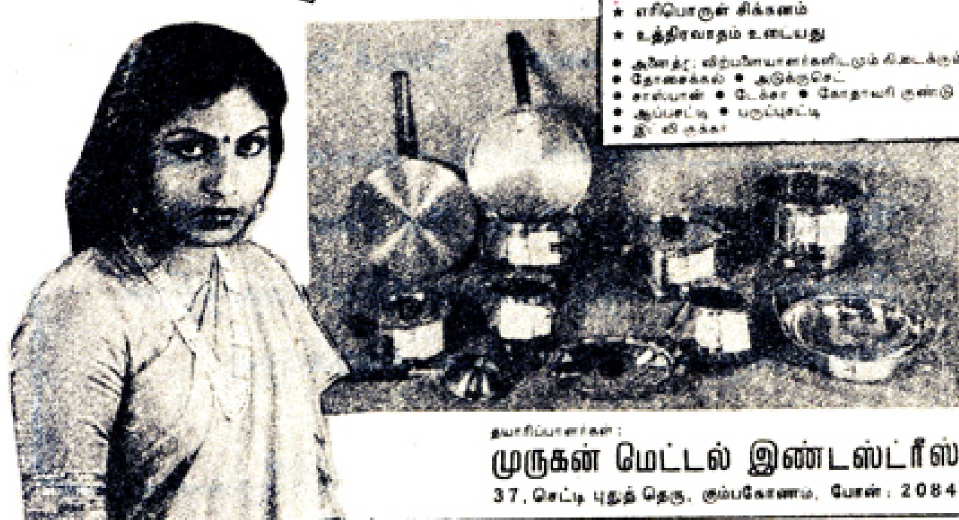
---

# Murugan

## காப்பர்-பாட்டம் எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள்

- ★ இயற்கை சுவை குறையாதது
- ★ சமையலுக்கு எளிதானது
- ★ அடிப்பிடிக்காதது
- ★ உயர்தர சேலம் AISI 304 உருக்கு தகட்டினால் வடிவமைக்கப்பட்டது
- ★ எரிபொருள் சிக்கனம்
- ★ உத்திரவாதம் உடையது

- அனைத்து விற்பனையாளர்களிடமும் கிடைக்கும்
- தோசைக்கல் • அடுக்குசெட்
- சாஸ்பான் • டேக்சா • கோதாவரி குண்டு
- ஆப்பசட்டி • பருப்புசட்டி
- இட்லி குக்கர்



தயாரிப்பாளர்கள்:

## முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்

37, செட்டி புதுத் தெரு, கும்பகோணம். போன்: 20848

உப்பு — 1 சிட்டிகை.
எண்ணெய் — 1 டீஸ்பூன்.

கலவை:

தயிர் — ½ லிட்டர்.
தேங்காய் — 1 மூடி.
பச்சை மிளகாய் — 6.
உப்பு — 1½ டீஸ்பூன்.
கொத்துமல்லித் தழை — அரிந்தது 1 கைப்பிடி.
காரா பூந்தி — 50 கிராம்.

செய்முறை:

பருப்பு வகைகளை தண்ணீரில் ஒரு மணி நேரம் ஊறவைக்கவும். அத்துடன் மிளகாய், உப்பு, பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை சேர்த்து கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு தட்டில் சிறிது எண்ணெய் தடவி அதில் அரைத்த விழுதை பரப்பி இட்லி பாத்திரத்தில் ஆவியில் 15 நிமிடம் வைத்து எடுக்கவும். ஆறியதும் மீதி எண்ணெயைக் கையில் தொட்டுக்கொண்டு பருப்பை உதிர்க்கவும். பின்னர் சிறு சிறு (எலுமிச்சை) உருண்டைகளாக செய்து கொள்ளவும்.

மேல் மாவு தயாரிக்க 2½ கப் தண்ணீரை ஒரு பாத்திரத்தில் கொட்டி அதில் ஒரு சிட்டிகை உப்பு சேர்த்து ஒரு டீஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு அடுப்பில் வைத்து தளைக்க விடவும். தளைக்கும்போது 2 கப் அரிசி மாவைச் சிறிது சிறிதாக கொட்டிக் கிளறவும். மாவு முழுவதும் ஆனதும் பாத்திரத்தை கீழிறக்கி ஐந்து நிமிடம் மூடி வைக்கவும். கை பொறுக்கும் சூடானதும் மாவைத் தட்டில் கொட்டி எண்ணெய் தொட்டுக்கொண்டு தேய்த்துப் பிசையவும். பின்னர் அதைச் சிறுச் சிறு உருண்டைகளாகச் செய்து அதை அப்பளக் குழவியில எண்ணெய் தடவி சிறு சிறு அப்பளமாக இட்டுக்கொள்ளவும். ஒவ்வொரு அப்பளத்திலும் ஒரு பூரண உருண்டையை வைத்து மூடவும். எல்லா உருண்டைகளையும் இட்லி தட்டில் வைத்து பதினைந்து நிமிடம் ஆவியில் வேக விடவும். ஒரு மூடி தேங்காயைத் துருவிக் கொண்டு அத்துடன் 6 பச்சை மிளகாயை வைத்து அரைத்துக் கொள்ளவும். இந்தக் கலவையை ½ லிட்டர் தயிருடன் கலந்து உப்பு சேர்க்கவும்.

வேக வைத்த கொழுக்கட்டைகளை ஒரு தட்டில் பரப்பி அதன் மேல் இந்தத் தயிர்க் கலவையைக் கொட்டி அரை மணி ஊற வைக்கவும். பின்னர் கொத்துமல்லி தழை பூந்தி தூவி அலங்கரிக்கவும்.

— கிரிஜா வைத்தியநாதன்,
பெங்களூர் — 3.

# இம்மாத இல்லத்தரசி

## சமையல் கூப்பன்

பொருள்: 'சாப்ட்' உணவு கடைசி தேதி: 15-3-91

____________ என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

**போன மாதம் படித்தோம்!**
**இந்த மாதம் சொல்கிறோம்!**

**சென்ற மாதம், நர்ஸரி ரைம்ஸில் வன்முறை, அவலம் பற்றி வருகிறதே என எழுதியிருந்த கட்டுரைக்கு வந்த வாசகர்களின் பதில்கள் —**

பள்ளியிலிருந்து வந்ததும் வராததுமாக என் குழந்தை பத்ரி, "அம்மா, அம்மா, எனக்கு ஸ்கூல்ல ரைம்ஸெல்லாம் சொல்லிக் கொடுத்திருக்கிறார்களே! அதையெல்லாம் நன்றாகப் படிக்கச் சொன்னார்கள் அம்மா" என்று தம் மழலைக் குரலில் சொன்னான். நர்ஸரி வகுப்பில் படிக்கும் குழந்தை அவன். அவனுடைய டீச்சர் கொடுத்த பேப்பர்களை வாங்கிப் பார்த்த எனக்குத் 'திக்' கென்றிருந்தது. அதில் முதல் பாடலே,

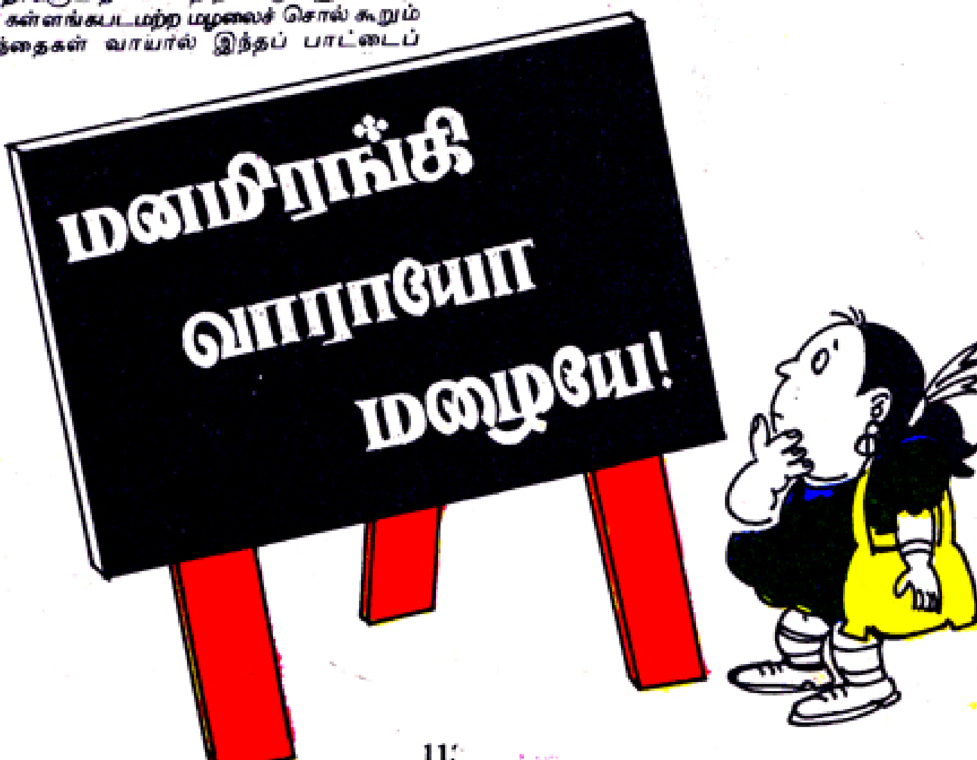
ரெயின் ரெயின் கோ அவே
கம் அகெயின் அநதர்டே,
லிட்டில் ஜானி வாண்ட்ஸ் டு ப்ளே
ரெயின் ரெயின் கோ டு ஸ்பெயின்
டோண்ட் ஷோ யுவர் ஃபேஸ் அகெயின்

என்றிருந்தது.

மழையின்றிப் பயிர்களும், விலங்குகளும், மனிதர்களும் தவியாய்த் தவிக்கும் இக்காலத்தில், கள்ளங்கபடமற்ற மழலைச் சொல் கூறும் குழந்தைகள் வாயால் இந்தப் பாட்டைப் பாடுவதா? நினைக்க நினைக்க என் நெஞ்சம் பதறியது.

தண்ணீருக்காக மக்கள் அடுக்கடுக்காகத் தவலைகளையும், தம்மிடமிருக்கும் ஓட்டைப் பாத்திரங்களையும் கொண்டு வந்து கால் கடுக்கத் தவமிருந்து அடித்துப் பிடித்து அரசு அளிக்கும் தண்ணீரில் அரை பக்கெட்டே பெற்றுக் கொண்டு செல்லும் அவல நிலை என் கண்களில் தோன்றியது. வறண்ட ஏரிகள், குளங்கள், கணணுக்கெட்டிய தூரம் வரை காய்ந்து போன ஆறுகள், நீரில்லா நீர்நிலைத் தேக்கங்கள் — இவை ஒவ்வொன்றும் என் கண் முன்னே வரிசையாக வந்து போயின.

குழந்தையை அழைத்துக் கொண்டு நேரே பள்ளிக்குச் சென்றேன். தலைமையாசிரியையினைப் பார்த்து நிலைமையை விளக்கினேன். இது போன்ற பாட்டுக்களைக் குழந்



தைகளுக்கு மாற்றிக் கற்பிக்க முயற்சி செய்யச் சொன்னேன். "எப்படிச் சொல்லச் சொல்கிறீர்கள்?" என்றார்கள். உடனே,

ரெயின் ரெயின் கம் அகெயின்
கம் அகெயின் டே ஆஃப்டர்டே
லிட்டில் ஜானி எண்ட்ஸ் ஹிஸ் ப்ளே
ரெயின் ரெயின் கம் ஃப்ரம் ஸ்பெயின்
ஷோ அஸ் யுவர் ஃபேர் காட்டன் ஃபேஸ்
அகெயின்.

"இப்படி மாற்றிச் சொல்லித் தாருங்களேன்" என்று நான் வேண்டிக் கொண்டேன். அவரோ புன்னகை ஒன்றையே பதிலாக அளித்துத் தன்னுடைய இயலாமையைத் தெரியப் படுத்தி என்னை அனுப்பி விட்டார்.

அன்று மாலையில் சில குழந்தைகளுக்குப் பக்திப் பாடல்கள் சொல்லிக் கொடுக்கவொரு இல்லத்துக்குச் சென்றிருந்தேன்.

ஸ்ரீ ஆண்டாள் பாடிய 'திருப்பாவை' பாசுரங்கள் முப்பதில் மூன்று பாசுரங்கள் அது வரை அவர்களுக்குப் பாடமாகியிருந்தது. 'ஆழி மழைக்கண்ணா' என்று தொடங்கும் பாடலின் ஆழ்ந்த பொருளைக் குழந்தைகளுக்கு விவரித்துச் சொன்னேன்.

"ஆழியுள் புக்கு — முகர்ந்து — கொடு
ஆர்த்தேறி
ஊழி முதல்வன் உருவம் போல் —
மெய்கறுத்து — தாழாதே
சார்ங்கம் உதைத்த சரமழைபோல் —
'வாழ' உலகினில்
பெய்திடாய்: நாங்களும் மார்கழி
நீராட மகிழ்ந்து"

என்ற அப்பாடலின் திரண்ட கருத்தைக் குழந்தைகள் வெகுவாக ரசித்தார்கள்.

ஒரு குழந்தை மிகவும் சாமர்த்தியமாக மூன்றாம் பாட்டில் வரும், 'தீங்கின்றி நாடெல்லாம் திங்கள் மும்மாரி பெய்து' என்ற வரியை எடுத்துக் காட்டி, "மாதம் மும்மாரி பெய்தால் நாடெல்லாம் தீங்கின்றி எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும்" என்று தன் அகலக் கண்களை விரித்துத் தன் நீண்ட நாள் ஆசையை வெளிப்படுத்தினாள். அச் சிறுமியின் ஏக்கம் எனக்கு நன்றாகவே புரிந்தது.

"குழந்தைகளே, ஸ்ரீ ஆண்டாள் பாடிய இத்திருப்பாவை நான்காம் பாசுரத்தை மனமுவந்து பக்தியுடன் உருக்கமாகப் பாடினால் நிச்சயம் மழைவரும். ஏன், இன்றே பாடினாலும் இன்று இரவே தீங்கின்றி மழை வருவது நிச்சயம்" என்றேன்.

குழந்தைகள் அனைவரும் வானத்தைப் பார்த்தனர். வானம் பளிச் சென்று வெண்மையாக இருந்தது. "என்ன மிஸ்? மேகங்களே இல்லையே, மழை எப்படி வரும்?" என்று கேள்வியிட்டு என்னை மடக்கினார்கள். "நீங்கள் இன்னும் பக்தியுடன் உருக்கமாகப் பாடவில்லையே!" என்றேன்.

குழந்தைகள் பாட ஆரம்பித்தனர். அன்றைய வகுப்பு முடிந்து வீட்டிற்குச் சென்றேன். இரவு ஏதோ சத்தம் கேட்டுக் கதவைத் திறந்து கொண்டு பார்த்தால் 'சோ' என்ற சத்தத்துடன் மழை கொட்டிக் கொண்டிருந்தது. திருப்பாவை 4 ஆம் பாசுரத்தின் மகிமையை வியந்தேன்.

மறுநாள் மாலை வகுப்புக்குச் சென்ற போது உள்ளே நுழைவதற்கு முன்னமேயே குழந்தைகள் ஓடோடி வந்து "மிஸ், என்ன ஆச்சரியம் மிஸ், நேற்று 'ஆழி மழைக் கண்ணா' பாசுரம் பாடியவுடனே நல்ல மழை பெய்ததே" என்று குதூகலித்தனர்.

மழைப் பாடலின் அருமையைக் குழந்தைகள் உணர்ந்து கொண்டதில் எனக்கு மட்டற்ற மகிழ்ச்சி. மழை வேண்டி குன்னக்குடி ரெட்ஹில்ஸ் ஏரிமுன் வயலின் வாசித்ததையும், சீர்காழி மனமுருகி மழைப் பாடல் பாடியதையும், கிராமத்துக் குழந்தைகள் புது மழை பொழிய,

ஜோர் மழை வா வா, ஜோர் மழை
வா வா
கொட்டைப் பாக்கு நறுக்கித் தாரேன்
கோவில் மண்ணை அள்ளித்தாரேன்
ஜோர் மழை வா வா

என்று பாடுவதை இன்றும் வழக்கமாகக் கொண்டுள்ளதையும் அன்றைய வகுப்பில் விவரித்தேன்.

**— கல்யாணி வரதராஜன், லக்னௌ.**

நாற்பது ஆண்டுகளுக்கு முன் அரிச்சுவடியில் "ஆறுவது சினம்" என்று படித்தோம். "ஏற்பது இகழ்ச்சி" என்றும் படித்தோம். அப்போதெல்லாம் 'ரைம்ஸ்' கிடையாது. எங்கள் தமிழறிவுக்கு ஆத்திச்சூடி நல்ல அஸ்திவாரம் இட்டது. உலகைப் பற்றியும் சிறிது சிறிதாகப் புரிந்து கொண்டோம். இன்றைய நவீன உலகில் "அவலச் சுவையை இளம் மாணவர்கள் அறிந்து கொள்வதில் தவறேதும் இல்லை.

**— பி. ஆர். குமார், நாக்பூர்.**

இவர்கள் கூறிய ரைம்ஸ் எல்லாமே எல்.கே.ஜி., யு.கே. ஜி.க்குத்தான் வருகிறது. அப்போது குழந்தைகளின் வயது 3லிருந்து 5 தான். படிக்கும் போது குழந்தைகள் நிச்சயமாக அர்த்தம் தெரிந்து கொண்டு படிப்பதில்லை. 'ஆக்ஷனும்' டீச்சர் சொல்லிக் கொடுத்ததை அப்படியே காப்பி அடிக்கிற வகைதான். A.B.C.D. 1, 2, 3 படித்து, படித்துப் போரடிக்கும் போது அவர்களுக்கு உற்சாகமூட்டும் டானிக்தான் 'ரைம்ஸ்'. ரைம்ஸ் ஆரம்பித்தால் எல்லாக் குழந்தைகளும் சுறுசுறுப்பாகி விடும். தூங்கும் குழந்தைகள் கூட எழுந்து டீச்சரோடு கூட பாட ஆரம்பிக்கும். 80% குழந்தைகள் அர்த்தம் தெரிந்து கொண்டு பாடவும் இல்லை. அர்த்தம் தெரிந்து கொள்ள ஆசைப்படுவதும் இல்லை. அந்த அளவு வயதும் இல்லை.

ரைம்ஸில் உள்ள அர்த்தம் நமக்கே

KIWI

# கிளீன் பௌல்

## அதி சக்தி அதி வேகம் அதிசயம் !

புதிய கிவி கிளீன் பௌல் ஒரு உலகப் புகழ் பெற்ற டாய்லெட் கிளீனிங் பவுடர். உங்கள் டாய்லெட்டில் ஒரு துளி பவுடரை தூவுங்கள். இந்த ஒரு துளி பவுடர் நீரில் கலந்து நீல நிறமாக மாறி, திறம்பட வேலை செய்கிறது. இதன் வேகம் உங்களை பிரமிக்க வைக் கிறது. தவிரவும் கிவி கிளீன் பௌல் கட்டித் தட்டாது. எனவே எளி-தாக எந்நேரத்திலும் உபயோகிக்க கூடிய கிவி கிளீன் பௌல் உபயோகி யுங்கள்.




திறனும் வேகமும் மிக்க டாய்லெட் கிளீனிங் பவுடர்

KIWI தயாரிப்பு

HTA 9144 C

# ராஜாளி

நான்-ஸ்டிக் குக்வேரின் விசேஷ அம்சங்கள்



- ★ எண்ணெய் இல்லாமலும் சமைக்கலாம்.
- ★ விரைவாக சமைத்திடும்.
- ★ எரிபொருள் மிச்சம்.
- ★ சுகாதாரமானது.
- ★ சிக்கனமானது.
- ★ சுத்தம் செய்வது சுலபம்.
- ★ சுலபமாக எடுத்து ஆளக் கூடியது.

தயாரிப்பாளர்கள்:

**ராஜாளி ஹோம் எக்யூப்மெண்ட்ஸ்**

50-A, அப்பர்சுவாமி கோயில் தெரு,
திருவொற்றியூர், சென்னை-19.
Ph: 543391



BRIGHT

டீலர் விசாரணைகள் வரவேற்கப்படுகின்றன



ஆழ்ந்து சிந்தித்தால்தான் புரியும். ஆகவே குழந்தைகளை 'நர்சரி ரைம்ஸ்' எந்த விதத்திலும் பாதிக்காது என்பதே எங்கள் கருத்து.

**— ஜானகிராமன், திருநெல்வேலி—1.**

**மே**ல் வகுப்புகளுக்குச் செல்லும்போதே இதுபோன்ற ரைம்ஸை குழந்தைகள் மறந்து விடுகின்றனர். மற்றும் நாங்கள் படிக்கும் காலத்தில் கற்பிக்கப்பட்ட ஷேக்ஸ்பியர், பெர்னார்ட்ஷா இவர்களுடையது எல்லாமே காமெடியாகவும், பாஸிடிவ் திங்கிங்காகவுமா இருந்தது? தற்காலத்தில் எந்தப் பாடத் திட்டத்திலும் ஆங்கிலம் (அ) தமிழ் ரொம்ப அழகாக சொல்லிக் கொடுக்கப்படுவதில்லை. சப்ஜெக்டிற்குக் கொடுக்கப்படும் முக்கியத்துவம் மொழிக்குத் தரப்படாததே இதற்குக் காரணம்.

ஆகையால் மேற்படி கட்டுரையை எழுதிய சகோதரி (அ) சகோதரரோ? நர்சரி பாடல்களைப் பார்த்துப் பயப்படுவது 'கடன் வாங்கிக் கழித்தலை' கணிதத்தில் படிப்பதினால் கடன் வாங்கும் பழக்கம் வந்து விடுமோ என்று பயப்படுவதற்கு ஒப்பானது.

**— இந்திராகிருஷ்ணன், கும்பகோணம்.**

**செ**ன்ற மாத இதழில், 'நர்சரி ரைம்ஸில் நச்சு விதைகளா?' என்ற தலைப்பில் வெளியான கட்டுரையைப் படித்தேன்.

அதில் குறிப்பிட்டிருந்த ரைம்ஸை எனக்கு நானே திரும்பத் திரும்ப சொல்லிப் பார்த்துக் கொண்டேன். அப்போதுதான் அக்கட்டுரையில் இருந்த உண்மைகளை உணரலானேன்.

இதில் ஒரு விசேஷம் என்னவென்றால், என் இரண்டாவது மகன் படிக்கும், திரு அவினாசிலிங்கம் குழந்தைகள் பள்ளியில் குறிப்பிட்ட எந்தப் பாடலும் கற்றுத் தரப்படுவதில்லை. அதற்குப் பதிலாக.,

''காட் ப்ளஸ் மம்மி, மற்றும் காட் ப்ளஸ் அவர் பேபி போன்ற கடவுளை வேண்டும் பாட்ல்கள் நிறைய தமிழிலும், ஆங்கிலத்திலும் கற்றுத் தரப்படுகின்றன. அடுத்ததாக,

உணவுப் பற்றிய பாடல்கள். குறிப்பாக

ஐ லைக் கேரட் — கேரட்

மம்மி லைக்ஸ் டொமேட்டோ — டொமேட்டோ

டாடி லைக்ஸ் கிரீன்ஸ் — கிரீன்ஸ்

பேபி லைக்ஸ் மில்க் — மில்க்

அன்ட் வி ஆல் லைக் ப்ரூட்ஸ் — ப்ரூட்ஸ்

மற்றும்

கேரட்ஸ் ஆர் குட் ஃபார் ஜஸ்

குட் ஃபார் ஜஸ், குட் ஃபார் ஜஸ்

கேரட்ஸ் ஆர் குட் ஃபார் ஜஸ்

சோ வி ஈட் தெம் ஹேப்பிலி''

இவ்வாறு நிறையப் பாடல்கள் அமைந்துள்ளன. இதே போன்று பலவிதமான மிருகங்கள் அதன் சத்தங்கள், இயற்கைக் காட்சிகள் (Come to play under the tree, come come come) மற்றும் எண்களைக் குறிக்கும் பாடல்கள்தான்.

தமிழிலும் நிறையப் பாடல்கள் (குட்டை குட்டை செடியிலே, குண்டு குண்டு கத்தரிக்காய்) (தோ தோ நாய்க்குட்டி) (அம்மா அம்மா கன்னுக்குட்டி) இப்படியாக இன்னும் எத்தனையோ பாடல்கள்.

இவர்களின் வழியை மற்ற நர்சரிகளும் பின்பற்றினால் குழந்தைகள் மத்தியில் நர்சரி ரைம்ஸில் நச்சு விதைகள் கலக்க வாய்ப்பேயில்லை.

**— பிரேமலதா சிவகுமார், கோவை.**

**இதயப் பறவை சிறகை விரித்து...**

ஆணுக்கு எல்லாம் சொந்தம்
நிலம், பணம், பெண் கூட.
ஆனால் பெண்ணிற்கு...?
அவள் தனக்குத்தானே சொந்தமில்லை.

— கவிஞர் அம்சலட்சுமியின் கவிதைத் தொகுப்பு.

விலை ரூ. 9.00

(அம்சலட்சுமி, 403, கமலாலயா மருதாசலம் செட்டியார் லே — அவுட், புலியகுளம், கோவை — 641 405.

**வைட்டமின் சத்துக்களும் அவற்றின் மருத்துவக் குணங்களும்**

வைட்டமின், புரத, தாதுச் சத்துக்கள், குறைவால் ஏற்படும் நோய்கள். தொகுப்பு: டாக்டர் நடராசன்.

விலை ரூ. 7.00

(தமிழாலயம், 7, அம்மையப்பன் தெரு, இராயப்பேட்டை, சென்னை — 14.)

**செல்வம் கொழிக்கும் வீட்டின் அமைப்பு**

மனையடி சாஸ்திரம், விளக்கப்— படங்களுடன். ஆசிரியர் சுவாமி விஜயானந்தா.

விலை ரூ. 30.00

(வள்ளி புத்தக நிலையம், 8-A, சுந்தரேஸ்வரர் கோயில் தெரு, இராயப்பேட்டை, சென்னை — 14.)




**ஆன்மீகச் சிந்தனைகள்**

ஒரு பிரபல நாளிதழில் நாடோடியால் தொகுக்கப்பட்டு வந்த, பல்வேறு அறிஞர்களின் குட்டிக் கதைகள், சிந்தனைகள்.

விலை ரூ. 55.00

**மகாத்மா புத்தர்**

தோ. ந. வீரராகவனின் கதைத் தொகுப்பு.

விலை ரூ. 10.00

**செல்வத் திறவுகோல்**

விநாயகக் கவசம், சரசுவதி, இலக்குமி தோத்திரம் போன்ற துதிப் பாடல்கள் உரையாசிரியர் — சு. அ. இராமசாமிப் புலவர்.

விலை ரூ. 13.00

(மூன்றும் — இமயப் பதிப்பகம், 8, நீலா தெற்கு வீதி, நாகப்பட்டினம் — 611 001)

**12 ராசிகளுக்கும் பத்தாண்டு பலன்கள்**

ஜோதிடமணி முருகடிமை துரைராஜ்.

விலை ரூ. 2.00

(சகுந்தலா பதிப்பகம், 11, சியாமள வதனா தெரு, கோடம்பாக்கம், சென்னை — 24.)

**இந்தியாவின் ஆயர் சமுதாயம்**

ஆடு — மாடுகளை வளர்க்கும் சமுதாயங்கள் பற்றிய சமூகப் பொருளியல் ஆய்வு. ஆசிரியர் டாக்டர் எஸ். எஸ். சஷி.

விலை ரூ. 40.00

(நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ், 41-B, சிட்கோ இண்டஸ்ட்ரியல் எஸ்டேட், சென்னை - 98)

**இந்து மதத்தின் இயற்கைக் களஞ்சியம்**

இயற்கை வழியே இந்து மதம் நமக்கு எத்தனை நன்மை செய்கின்றது? கற்பூர ஜோதி, தீட்சை பெறுதல் போன்றவற்றிலுள்ள விஞ்ஞான விளக்கங்கள். ஆசிரியர் — எஸ். என். முரளிதர்.

விலை ரூ. 27.00

(ஹோலி பப்ளிகேஷன்ஸ், 74, பெரியார் வீதி, ஈரோடு — 638 001).

**தொந்தியைக் குறைக்க எளிய உடற்பயிற்சிகள்**

ஆசிரியர்: எம். ராஜேந்திரகுமார்.

விலை ரூ. 15.00

(மதன் பப்ளிகேஷன்ஸ், 44-A, வடக்கு ஆண்டார் வீதி, திருச்சி — 620 002.)

**சேமிப்புச் செல்வம்**

சேமிப்பதின் அவசியம் பற்றி...

விலை ரூ. 7.00

**இரயிலின் கதை**

நாம் பயணம் செய்யும் இரயிலிற்குப் பின் இத்தனை செய்திகளா...?

விலை ரூ. 17.00

**உலகப் புகழ்பெற்ற ஆய்வுப் பயணங்கள்**

விலை ரூ. 21.00

**துன்பம் தீர்க்கும் துதிப்பாடல்கள்**

இல்லத்தரசிகளுக்கு வழிகாட்டுவது

விலை ரூ. 12.00

(நான்கும் தொகுப்பு: மணிமேகலைப் பிரசுர ஆசிரியர் குழு — பதிப்பு — மணிமேகலைப் பிரசுரம், த. பெ. எண். 1447, 4, தணிகாசலம் சாலை, தி. நகர், சென்னை — 17.)

**இஸ்லாமிய நோக்கில் கம்பர்**

ஆசிரியர் — பேராசிரியர் மு. சாயபு மரைக்காயர்.

விலை ரூ. 7.00

(பாத்திமா பதிப்பகம், 67, காஜியார் வீதி, காரைக்கால்.)

**மனித நேசம் மகிழ்ச்சி தரும்**

விலை ரூ. 10.00

**செயலே செழுமை தரும்**

விலை ரூ. 9.00

மெர்வின் எழுதிய இரண்டு நூல்களும் வாழ்வில் முன்னேற யோசனைகளைக் கூறுபவை.

**அறுசுவை சமையல்**

பொடி, சாதங்கள், குழம்பு, ரசம், இனிப்பு, கார வகைகள். ஆசிரியர் — சியாமளா.

விலை ரூ. 9.00

(மூன்றும் — கவிதா பப்ளிகேஷன், த. பெ. எண். 6123, 8, முத்துகிருஷ்ணன் தெரு, பாண்டி பஜார், சென்னை — 17.)



குழந்தைக்கு ஆறு மாதங்களாகும் போது, குழந்தையின் பார்வை, நேராக இருக்கிறதா என்பது போன்றவற்றைக் கவனிக்கத் தவறக் கூடாது; சந்தேகமிருந்தால் உடனே கண் நிபுணரிடம் காட்டவும்.

— ராஜி.

**அக்காவுக்குக் கல்யாணம்**

இ. ஜே. தீன் எழுதிய சிறுவர்களுக்கான நாவல்.

விலை ரூ. 10.00

**நேரு நூறு**

பண்டித ஜவஹர்லால் நேருவைப் பற்றிய ஏராளமான செய்திகள். தொகுப்பு — பேராசிரியர் மு. சாயபு மரைக்காயர்.

விலை ரூ. 14.00

**புகழ்பெற்ற 100 மனிதர்கள்**

சார்லி சாப்ளின், கென்னடி, ஷா போன்றவர்களைப் பற்றிய விவரங்கள்.

விலை ரூ. 16.00

**பாகவதம்**

பாகவதத்தை எளிமையாக, இனிமையான தமிழ் நடையில் அளிப்பவர் சௌசிகன்.

விலை ரூ. 40.00

(நான்கும் — கங்கை புத்தக நிலையம், 13, தீனதயாளு தெரு, சென்னை — 17.)

(சென்ற இதழில் வெளியான — மனிதனைப் பற்றிய அபூர்வ உண்மைகள், கண்டதும் கேட்டதும், வளத்துக்கு வித்து, வைரஸ் முதல் மனிதன் வரை — நான்கு நூல்களும் பதிப்பு — வானதி பதிப்பகம், 13, தீனதயாளு தெரு, சென்னை — 17.)

**கேசட்**

**பாவை**

பெண்மையைப் பற்றிய பாடல்கள். பாடியவர் சுரேகா. இசை: ரமணி பரத்வாஜ். தொகுப்பு: சுஹாசினி மணிரத்னம்.

விலை ரூ. 25.00

# திருமண மலர்

## மணமகள் தேவை

* Suitable alliance invited for Brahmin Kerala Iyer girl Post graduate Devaraja Gothram Brahacharanam star Trikettai 28/160 cms employed Private concern. Reply with details to Box No.5183

• Wanted bride graduate, music versed employment immaterial well to do Velanadu Non-Koundinya for fair boy 25 years Hastham 4th Quarter Partner Family business Rs. 2,500/- p.m. City property coparcener horoscope details to Box No.5184

* Tirunelveli Saiva Vellala Pillai bridegroom B.Sc., D.H.M.S. 29/159/4000 settled in Trivandrum working in State Govt., as clerk and also a business partner. Seeks alliance from parents of employed girls. Sub sects acceptable. To Box No.5185

* Nationalised Bank Officer, 30, 155, Bharadwajam, Vadamal, Palakkad Iyer, Visakam, riding scooter despite polio attack on right lower leg requires educated/employed wife. Caste/Religion no bar. Write with full details to Box No.5186

* Sozhia Vellalar Central Government Officer 33/5'4"/3100 Uthiram/Coimbatore seeks Trichy based fair looking employed graduate girl preferably Bank, LIC, Central Government transferable to Coimbatore from same caste non-vegetarian. To Box No.5187

* Tamil Viswakarma, Thanjavur District B.Sc., B.Ed., FCWA(I), 36/168 self employed/2000 star Mirugashirisham, rasi Rhishabam doing ACS and ICFAI with small white scar in left eye due to small pox seeks suitable outranging brides around 25. Those seeks employed need not apply. Well deserved, understanding, educated girls will be given preference. Horoscope optional. Apply in confidence with bio-data to Box No.5188

O வடமாள், வாதூல கோத்திரம், பூராடம் நட்சத்திரம், தனியார் கம்பெனியில் மாதம் ரூ. 1800/- சம்பளம் பெறும் 34 வயதுள்ள மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. உத்தியோகத்தில் இருப்பது விரும்பத்தக்கது. பெட்டி எண்: 5189.

* Adi-Dravida Nationalised Bank employee, 29 invites alliance from fair Govt. employed girls or from well settled family. Christians preferable. Caste no bar. To Box No.5190

* Telungu Devangar B.Sc., B.E. Engineer Govt Service 28, 165 cms above Rs.3000/- Mandilya Gothram seeks alliance from same caste Doctor/Engineer/Bank/LIC graduate girl 23-24 year. Girl must have living parents. To Box No.5191

* Alliance wanted for Vadamal Iyer Kausika Gothram 30/B.Com./2700 Central Government undertaking employed boy star Chithirai. Subsect no bar. Write to Box No.5192

* For Vadama Kaundinya boy Chartered Accountant 27/6 feet Officer International Airlines Bombay from respectable Kerala Brahmin family tall slim, fair girl. Girl should be atleast graduate unemployed below 24. Reply horoscope and family particulars to Box No.5193

* Alliance invited from non-Kousika graduate pious girls for Brahacharanam Bangalore employed Palghat Iyer brothers : — Punarpusam, 36, 170, B.Sc., Uthiradam, 31, 167, B.Com. To Box No.5194

• Alliance invited from fair beautiful graduate girls for a well placed Development Officer of LIC Gavara Naidu community aged 32/164/5000. Subsed no bar. Apply with horoscope and biodata to Box No.5195

O விருதுநகர் இந்து நாடார் வாலிபர், வயது 40, முன்னணிப் பிரபல நம்பர் கடையில் கணக்கு வேலை, மாதச் சம்பளம் ரூ. 500. இவருக்கு பிடித்தமான வேலைக்குப் போகும் மணமகள்

தேவை. மற்றும் வசதியான சிறிது ஊனமான கருப்பான பெண்களோ மற்றும் வசதியுள்ள விதவைகள், மற்றும் வெக்சர், மச்சர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். உடனே திருமணம் செய்ய திருமண விவரங்களுக்கு அணுகுக. எம்மதமும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 5196.

* Propertied Madhwa bachelor 37 income Rs.1200/- requires good looking, decently employed girl below 31. Madhwa, Smartha Iyer Brahmins reply with details and horoscope. No dowry. Very simple marriage. To Box No.5197

* Alliance invited from Brahmin graduate employed/unemployed fair good looking affectionate girls with horoscope and details for Iyer/Vadamal/Srivatsa fair, healthy, handsome Central Govt. Officer PG/SAS unconsummated marriage, unencumbered innocent divorcee, 37/177/2900. No bars. Simple and early marriage. Apply to Box No.5198

• வரதட்சணை தேவை இல்லை. இந்து மதத்தில் உயர்ந்த குலத்தைச் சேர்ந்த, அரசுப் பணியில் இருக்கும் 28 வயது பட்டதாரி, பிரம்மச்சாரி பையனுக்கு (ஒரே மகன்) நல்ல, நிரந்தர வேலையில் இருக்கும் மணமகள் தேவை. குழந்தை இல்லாத இளம் விதவைகளும் விண்ணப்பிக்கலாம். அல்லது நல்ல வசதியான குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். மணமகள் தெலுங்கு பேசும் இனத்தவர். ஜாதி வித்தியாசம் இல்லை. பெட்டி எண்: 5199.

• வெள்ளாள கவுண்டர், உத்திராடம் நட்சத்திரம் 2 ஆம் பாதம், வயது 34, மின்சார வாரியத்தில் பணிபுரிபவர். சம்பளம் ரூ. 2500/- சொந்த வீடு உண்டு. அதே இனம் அல்லது முதலியார் அல்லது உட்பிரிவுகள் சம்மதம். சிவப்பாகவும், அழகும், குணமும் பொருந்திய மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 5200.

• Athreya Gothram Brahacharanam graduate employed 29/160/2100 Swathi seeks alliance from graduate employed girl. Reply to Srinivasa Sastri, 95, Second Agraharam, Salem - 636 001

• அரசு கல்லூரி விரிவுரையாளர், 30/5'6''/3400/-, செட்டியார். பொலிவான தோற்றம். இடையில் பார்வை இழந்தவருக்கு குடும்பப்பாங்கான சேவை மனப்பான்மையுள்ள +2 பட்டதாரி மணமகள் தேவை. விதவைகளும் வேறு ஜாதியினரும் விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 5201.

• Wanted bride graduate preferably employed Velandu non-Koundinya for boy 25 years independent business Rs. 1,500/- Hastham, horoscope details to Box No.5202

• திருநெல்வேலி கார்காத்தார் சைவ வேளாளர், ஒரே மகன், நெய்வேலி நிலக்கரி நிறுவனத்தில் அக்கவுண்டண்ட், எம்.காம்., வயது 29, 175 செ. மீ., இதே இனத்தைச் சேர்ந்த சிவந்த, அழகான, குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரி மணமகள் தேவை. அரசுப் பணியில் உள்ள வேலையில் இல்லாதவர்கள். விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5203.

* Iyengar, 32, 5'8", owns house, Gulf employed and likely to settle in India soon. Only Thengalai, non-Vadula, below 28, knowledge in Carnatic preferably. Write with family background. No demands to Box No.5204

* Saiva Vellala boy fair smart 25 years M.Tech Computer Engineer. Parents of graduate, smart fair, girls around 20-22 years, Bank, Insurance, Medicos, employed/unemployed, correspond with horoscope other details to Box No.5205

* Alliance for a divorcee Iyer Bharadwaja/Thiruvadarai 44 years earning Rs.3000/- p.m. in State Govt. Wishes to marry decently employed bride and alliance for Iyer Ashtasastram/Vadhula Gothram/Bharani 40 years doing small own business earning Rs.1500/- p.m. wishes marry decently employed bride. To Box No.5206

• சௌராஷ்டிரா குலம், வயது 32, உயரம் 161 செ.மீ., சென்னை வங்கியில் ரூ. 4200/- சம்பளம் பெறும் மணமகனுக்கு அதே குலத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. கூடிய விரைவில் திருமணம். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் உடனே தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 5207.

• வடமாள், மாண்டவ்ய கோத்திரம், நட்சத்திரம் உத்திரம், வயது 35, சொந்தத் தொழில், மாத வருமானம் ரூ. 3000 உள்ள பையனுக்கு வேலைக்குச் செல்லாத பட்டதாரிப் பெண் தேவை.) பெட்டி எண்: 5208.

* Wanted graduate employed girl for Brahmin Vadamal Chithirai, Kausika Gothram fair boy 27/2400/160 cms/M.A. Invsetigator Central Govt. Delhi employed allottee of Govt. Qurts. Subsect no bar. To Box No.5209

* Wanted Smartha non-Srivatsa Brahmin graduate very fair girl below 25 for Brahacharanam, Uthirattathi graduate handsome boy 30/165/1800 employed reputed company in Nilgiris. Employed preferable. Reply with horoscope to.Box No.5210

* Wanted suitable match fair, homely, broadminded, around 20 years for Vadama Iyer boy, Garga Gothram, Anusham, 26/176 employed in Indian Navy, Govt. of India. Reply to Box No.5211

• Horoscopes invited for Saudi employed Vadama Bharadwaja Iyer boy 36/165 cm., from beautiful graduate girls. Reply to E. Vaidyanathan, Professor, 409, Sankar nagar, Kaimanam P.O., Trivandrum.

• அகமுடைய முதலியார் (ஆற்காடு) வகுப்பைச் சேர்ந்த பி.காம். படித்த, சென்னை கூட்டுறவு வங்கியில் பணிபுரியும் வயது 30, உயரம் 170 செ. மீ. சம்பளம் ரூ. 2400/- மணமகனுக்கு. அதே இனத்தைச் சார்ந்த செவ்வாய் தோஷம் உள்ள அரசாங்கம் அல்லது பொதுத் துறை நிறுவனங்களில் பணிபுரியும் மணமகள் தேவை. முகவரி: ஜி. ராமமூர்த்தி, நெ. 11, கோவர்தன் தெரு, சௌடியா மடத்தின் பின்புறம், ராயப்பேட்டை, சென்னை — 14.

○ மத்திய ரயில்வே டைப்பிஸ்டு நல்ல வசதி உள்ள குடும்பம், வடமாள் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், உத்திரட்டாதி, வயது 29, உயரம் 5'6'' உள்ள பையனுக்கு. குறைந்தது எஸ். எஸ். எல். ஸி., டைப், சுருக்கெழுத்து தெரிந்த பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 5212.

• வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், பூரட்டாதி நட்சத்திரம், 28 வயது, நல்ல வேலையில் உள்ள பையனுக்கு, வேலை செய்யக் கூடிய மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5213.

• Alliance invited from Tamil Iyer working (transferrable) girl 24-28 years for groom 31 5.8 Tiruvadirai Matalya Gothram Brahacharanam decently employed at Bombay, contact Box No.5214

• Alliance invited for Iyer, Ashtasahasram, Athreya Gothram, Pooram, 26/5.5"/1600, (B.Com.,) employed in Govt. aided college, wanted employed girl. Subsect no bar. To Box No.5215

* Alliance invited for Vadama Iyer boy 166/31/3300/- D.M.E. Engineer Vadoola Gothram. Poosam employed with multinational company settled in Bombay, seeks alliance from employed girl. Subsect no bar. To Box No. 5216

• Alliance invited for Doctor bridegroom. Saivite Pillai Doctor M.S. age 29 wants suitable Medico bride. Send details to Box No.5217

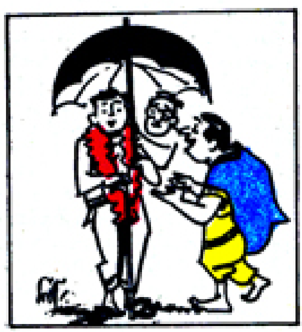
• Alliance invited from graduate decently employed girls (transferable job) 31 to 35 years for Keralite Baradwaja Sadayam/165/4000 employed in Railways, Madras. To Box No.5218

• Alliance invited for Vadama Kousika Bank employed graduate groom 32/5.6"/3500 Anusham from preferably Bank/LIC/GIC employed fair and good looking graduate non-Keralite girls above 5.2". Subsect no bar. Early marriage Box No.5219

○ கொங்கு நாட்டு ஆதி திராவிட இனத்தைச் சேர்ந்த 24 வயதுள்ள, அழகான, விவாகரத்தான, குழந்தையில்லாத பெண்ணிற்கு, மத்திய/மாநில/தனியார் நிறுவனங்களில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. எம் மதமும், உட்பிரிவும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 5220.

• Wanted fair homely bride Iyer, Non-Bharadwaja SSLC non working for 44/11000/Gulf employed, legal divorcee. Send horoscope details to Box No.5221

• Wanted a Madhwa graduate employed in Bank/Insurance/



Central/State Govt transferable girl for a post graduate Bank employed boy 29 years old Swathi, Viswamitra Gothram. Reply with horoscope to Box No.5222

○ கோயம்புத்தூரில் தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் அழகான, நடுத்தர வசதியுள்ள, 174 செ.மீ. உயரமுள்ள, 30 வயது மாப்பிள்ளைக்கு அசைவ காரான வேளாளர் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முழு விவரத்துடன் ஜாதகத்தையும் இணைத்து தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 5223.

○ வடகலை ஐயங்கார், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், புனர்வஸு நட்சத்திரம், 27 வயது, டெல்லியில் நல்ல தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை. சம்பளம் ரூ. 2300/— வரனுக்கு டெல்லியிலேயே வேலை பார்க்கும் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5224.

○ அசைவ சைவ முதலியார்களில் எந்தப் பிரிவானாலும் அசைவ உணவு உண்ணாத அழகான சிவப்பான, பெண் தேவை. மணமகன் பாரி (இந்தியா) லிமிடெட்டில் எக்ஸிக்யூட்டிவ் 3200. வசதிகளும், உயர்வும், பென்ஷனும் உண்டு. 27 செங்குந்தர், 167 சிவப்பு, நல்லொழுக்கம், குடும்ப பாரம் இல்லை. பெட்டி எண்: 5225.

○ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌண்டன்ய கோத்திரம், பூச நட்சத்திரம், பி.எஸ்.ஸி., 32/166/2500 பி. எச். ஈ. எல். வேலையிலுள்ள மணமனுக்கு நிரந்தர வேலையிலுள்ள பட்டதாரி பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண்: 5226.

• Wanted Vadama non-Vathula fair Madras city employed (Teacher/Govt, Service reputed Co.,) girl for smart Senior Technician TVS groups + 2/27/170/2700. Subsect no bar. No dowry. Box No.5227

○ தெலுங்கு பிராமணர் வங்கியில் பணியாற்றும் 36 வயதுடைய, ஆயில்ய நட்சத்திரம், பட்டதாரி பையனுக்கு இதே சாதியைச் சார்ந்த 28 வயதிற்குட்பட்ட நன்கு படித்த நல்ல தோற்றமுடைய பெண் தேவை. உடனடியான திருமணம். முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 5228.

• Good looking fair graduate girl for Brahacharanam boy Multinational firm 27/175/3500, Rohini Kousikam. Contact : Sundaram, 18, Valmiki Street, Addison Colony, Saligramam, Madras - 600 093

Alliance invited from parents of girls, graduate, employed around 25 years, fair, religious, home loving, well versed in domestic work for Gargia Gothram Brahacharanam, Mrigaseersham IV padam, 30 years, fair working in a Private Limited Company at Coimbatore. Reply with bio-data and horoscope to Box No.*5229*.



## மணமகன் தேவை

* Alliance invited from well settled boys for Tamil Iyer Sankethy girl. Kousika Gothram star Kettai, aged 23 height 155, B.Com. unemployed. Domestically well trained. Fair, good looking. Subsect no bar. To Box No.4297

* Alliance invited from well employed grooms for Bhavasara Kshatri Marathi girl aged 29, height 160 cms B.Sc., B.Ed., fair. Uthirattadi. Reply Box No.4298

* Alliance invited for Hindu Tamil Yadhava, M.Sc., M.Ed., girl 29/153/ employed from well employed post graduates/professionalist groom. Caste no bar. Reply immediately to Box No.4299

* Alliance invited from non-Srivatsa South Indian Brahmin graduate broad minded normal boy for a graduate hearing impaired Brahmin girl 22/163. Apply with family details to Box No.4300

* Alliance invited from well settled Brahmin boys, CA/ACS/Engineer/Executives for Telugu Mulakanadu bride. Punarvasu, slim, V. fair, 30/163 B.Com., LLB ACS employed Bangalore. Good in home hold chore. Bio-data, horoscope requested to Box No.4301

* Alliance for graduate Vellala Pillai girl aged 24 non-veg, Pooratadhi 3rd padam Chevvai dosham, fair, good looking, subsect no bar. Reply horoscope with Bio-data to Box No.4302

* Wanted alliance from Brahmin grooms for Vadamal Haritha Gothram, Punarpusam, 28/5'4", fair, nurse in army medical corps. Reply with horoscope to Box No.4303

• Alliance invited from Bank/BHEL/Lecturer, well employed groom for Agamudayar (Pillai) Lecturer girl 28/164/3600 Thanjavur non transferable. Subsect no bar. Contact: The Advertiser, 4A/931, Mandarodi Street, Karanthai, Thanjavur - 613 002

* Suitable alliance invited from well settled Hindu bridegroom for Muthu-Raja beautiful, fair looking 32/156 B.Sc., B.Ed., BLIS girl. Caste no bar. Apply within a week to Box No.4305

* Wanted a suitable match for a Tamil Iyer girl Vadamal, age 35 years, height 160 cms., fair, slim, convent educated, graduate, employed star Purattadhi, Gothram Kousika, from a respectable family to Box No.4306

○ ஆத்ரேய கோத்திரம், தென்கலை ஐயங்கார், நட்சத்திரம் பரணி, 36/5'/3000 எம். ஏ., எம். ஃபில்., கல்லூரியில் பேராசிரியையாக பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. வடகலையும் சம்மதம். தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய பெட்டி எண்: 4307.

○ பி. எஸ். ஸி., எம். எஸ். ஸி., எம். ஃபில்., பி. எட்., படித்து, கவர்ன்மெண்ட் கல்லூரியில் உதவி பேராசிரியர் ரூ.3000/— சம்பளத்தில் வேலை பார்க்கும் 29 வயதுள்ள கவுண்டர் (வெள்ளாள கவுண்டர்) பிரிவைச் சேர்ந்த, வேலையில் உள்ள தகுந்த வரன் தேவை. உட்பிரிவு பரவாயில்லை. பெட்டி எண்: 4308.

○ கௌசிக கோத்திரம், சதய நட்சத்திரம், தென்கலை, 28 வயதான குமாரிக்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. பெண் நல்ல நிறம், +2 பாஸ் செய்திருக்கிறாள். நர்ஸரி வகுப்பு, உபாத்தியாயினியாக செங்கல்பட்டில் வேலை பார்க்கிறாள். உயரம் 5'1" பூர்வீகம் கும்பகோணம். விருப்பம் உள்ளவர்கள் விண்ணப்பிக்க. பெட்டி எண்: 4309.

○ இந்தோர் (ம.பி.) ஹிந்தி செய்தித்தாள் அலுவலகத்தில் வேலை பார்க்கும், பி. எஸ். ஸி.,

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய 1.3.91 முதல் கட்டணம் ரூ. 75/— தொகையை, 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயருக்குச் சென்னையில் உள்ள ஏதாவது ஒரு வங்கியில் மாற்றக் கூடிய MICR டிமாண்ட் டிராப்டாக அனுப்ப வேண்டும். அல்லது மணி யார்டர் மூலமாக அனுப்பலாம். போஸ்டல் ஆர்டர் ஒத்துக் கொள்வதில்லை. ஒரு விளம்பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விலாசங்களைக் கொடுப்பதற்கில்லை. விளம்பரங்களுக்குப் 'பதில் அனுப்புபவர்கள், ''விளம்பரதாரர், பெட்டி எண்.... C/o. மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை — 600 032 என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

படித்த பெண் வயது 29. அய்யர் மகம் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம். வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 4310.

* தனியார் நிறுவனத்தில் டைப்பிஸ்டாக வேலை செய்யும் 30 வயது. இளம் நிறைந்த விதவைப் பெண்ணிற்கு விசால மனமுள்ள வரன் தேவை. விவாகரத்தான/மனைவியை இழந்த 40 வயதிற்கு மேற்படாதவர்கள் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4311.

• Wanted bridegroom bachelor for Iyer, Koundinya girl 43, Bank employed, M.A., B.T., fair, slim. To Box No.4312

* செங்குந்த முதலியார் (கைக்கோளர்) வயது 26, உயரம் 161 செ. மீ., அவிட்டம் நட்சத்திரம், செவ்வாய் தோஷம், அரசு உதவி மருத்துவ அலுவலர், மாத வருவாய் ரூ. 3000/-, அழகான, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அதே இனத்தில் டாக்டர் எஞ்சினியர்/பிற பட்டதாரி மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4313.

* வடகலை ஐயங்கார், உத்திராடம், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், 25/158/பி. ஏ., அதே இனத்தைச் சேர்ந்த வங்கி இஞ்சினியர்/அரசு பணிபுரியும் வரன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4314.

• Alliance invited for 22 years B.Sc., 5'5" medium complexioned good looking Avittam Gouthama Brahacharanam girl doing NIIT Computer Course Calcutta based musically talented domestically trained. Reply to Box No.4315

* Alliance invited for a fair good looking girl, Brahacharanam, Lohitha Gothram, Hastham, 23 years, graduate with shorthand typing higher. Reply Box No.4316

* Alliance for Tamil Iyer girl 34/156/3800 Revathi, Chemistry Doctorate Scientist Central Government, Madras based. Reply Box No.4317

* Alliance invited from non-Bharadwaja decently employed boy for Vadagalai Iyengar girl 33/5'3" Anuradha. Section officer in Central Govt. at Delhi with quarters and drawing Rs.3000. Subsect no bar. Apply to Box No.4318

* அரசுத் துறையில் குமாஸ்தாவாக பணிபுரியும் நல்ல சிவப்பு, அழகுள்ள 35 வயதுள்ள இந்து மதத்தைச் சேர்ந்த விவாகரத்தான குழந்தையில்லாத பெண்ணிற்கு, அரசு துறையிலோ, பெரிய தனியார் நிறுவனத்திலோ பணிபுரியும் அழகான நல்ல குணமுள்ள, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. மனைவியை இழந்து குழந்தை இல்லாதவராக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4319.

O வடமாள், பாரத்வாஜம், ஆயில்யம், 31/155/1600 சிதம்பரத்தில் வேலை பார்க்கும் அழகான தமிழ் ஐயர், செவ்வாய் தோஷமுள்ள பெண்ணிற்கு சிதம்பரமோ (அ) அதற்கு அருகிலோ வேலை பார்க்கும்/மாற்றலாகக்கூடிய நல்ல வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 4320.

• Alliance invited for Nithirva Kasyapa Vadama convent educated M.A. slim good looking girl, Thiruvonam 27/160. Box No.4321

**1991 மார்ச் முதல் திருமண மலர்ப் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 75/- ஆக உயர்த்தப்பட்டிருக்கிறது.**

O வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், கேட்டை நட்சத்திரம், 26 வயது. வேலை செய்து கொண்டு இருக்கும் பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையிலுள்ள மணமகன் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4322.

• Alliance invited for Iyer, Vadama, Koundinya, Sadayam, 23/B.A/5.3" well qualified, well trained in domestic work, unemployed girl from well employed grooms. Send horoscope full details to Box No.4323

O திருநெல்வேலி சைவ பிள்ளைமார் இனத்தைச் சேர்ந்த, செவ்வாய் தோஷமுள்ள 37 வயது பெண்ணிற்கும், 31 வயது பெண்ணிற்கும் அதே இனத்தைச் சேர்ந்த படிப்பும், நல்ல உத்தியோகமும் உள்ள மணமகன்கள் தேவை. பெட்டி எண்: 4324.

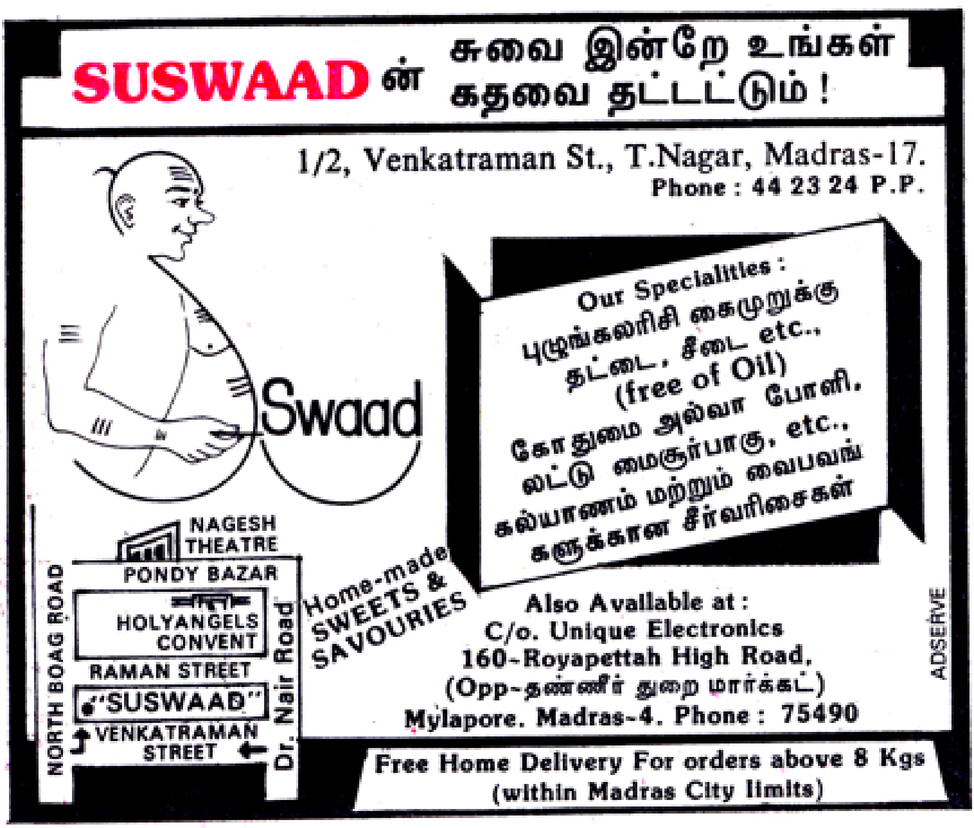
• Alliance invited from decently employed settled grooms for Vathima Bharadwaja good looking girl Anusham 31/150 SSLC, home loving unemployed domestically trained. Subsects no bar. Send horoscope, family details to Box No.4325

O 36 வயது பி.ஏ. தேர்வு பெற்ற அழகுள்ள நல்ல குடும்பப்பாங்கான கவர நாயுடு சமூகத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்கு படித்துப் பட்டம் பெற்ற நிரந்தர வேலையிலுள்ள, நல்ல வருமானமுள்ள, பண்புள்ள 40 வயதிலிருந்து 44 வயதிற்குள் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 4326.

O இந்து அம்பலகாரர் (முத்துராஜா) தஞ்சை மாவட்டத்தைச் சேர்ந்த, சென்னையில் வசிக்கும் 23 வயது +2, டி.பி.எ., படித்த அழகான பெண்ணிற்கு, அதே இனத்தைச் சேர்ந்த படித்து, நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதக விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 4327.

* Wanted non-Kousika, professionally qualified boy, for girl B.Com., CA (final), Vadama Iyer, 30/160, Sadayam, suddha jathakam. Reply to Box No.4328.


பெற்ற பிள்ளையைக் குற்றம் சொல்லாதீர்.
கீழ்கண்ட அறிகுறிகளும் காரணமாக இருக்கலாம் அல்லவா?
1. மனதில் அலைகடல் போல் தத்தளித்து அடிக்கடி மாறுகிறதா?
2. எத்தனை தடவை சொல்லிக் கொடுத்தாலும் அல்லது படித்தாலும் கிரகிக்க முடியவில்லையா?
3. பள்ளிக்கூடம் செல்ல குழந்தைகள் பயப்படுகிறார்களா?
4. படித்த மாணவர்கள் பரிட்சை எழுதப் பயப்படுகிறார்களா?
5. அறிமுகம் இல்லாதவர்களைக் கண்டால் வெறுப்படைகிறார்களா?
6. ஞாபகமறதி ஏற்படுகிறதா? படிக்கச் சொன்னால் தப்பித்து ஓடுகிறார்களா?
7. பெற்றோர் சொல்லுக்கு டிமிக்கிக் கொடுக்கிறார்களா?
8. உடம்பு வளர்ச்சியிலும் மன வளர்ச்சியிலும் பின் தங்கி கிடக்கிறார்களா?
9. தன்னம்பிக்கை இல்லாமல் தடுமாறுகிறார்களா?
10. எடுத்ததற்கெல்லாம் சோம்பலாக இருக்கிறார்களா?
11. வைத்த பொருளை இடம் தெரியாமல் திகைக்கிறார்களா?
மனம் உடைந்தவர்கட்கு மறு மலர்ச்சியை உண்டாக்குகிறது எது?
ANAC®
அனக்
ஹோமியோபதி மாத்திரைகள் ஞாபக சக்தியை அதிகரிக்கிறது
சிறுவர்களுக்கு: ரூ. 10/-
பெரியவர்களுக்கு ரூ. 15/-
ரிஜிஸ்தர் செலவு: 1 பாட்டிலுக்கு ரூ 7/-
ரிஜிஸ்தர் செலவையும் சேர்த்து M.O. செய்யவும்
உங்கள் விலாசத்தை PIN CODE உடன் தெளிவாக எழுதவும்.
V.P.P. கிடையாது.
போலிகளைக் கண்டு ஏமாறாதீர்கள்!
தேவைக்கு எங்களது ஸ்டாக்கிஸ்ட்களை அணுகவும்
ஹோமியோ கிளினிக் & ரிசர்ச் சென்டர்
5, சீதா நகர் முதல் தெரு, (ஸ்டர்லிங் ரோடு பஸ் ஸ்டாப்) நுங்கம்பாக்கம், சென்னை-600 034.


SUSWAADன் சுவை இன்றே உங்கள் கதவை தட்டட்டும்!
1/2, Venkatraman St., T.Nagar, Madras-17.
Phone : 44 23 24 P.P.
Swaad
Our Specialities :
புழுங்கலரிசி கைமுறுக்கு
தட்டை, சீடை etc.,
(free of Oil)
கோதுமை அல்வா போளி,
லட்டு மைசூர்பாகு, etc.,
கல்யாணம் மற்றும் வைபவங்களுக்கான சீர்வரிசைகள்
Home-made SWEETS & SAVOURIES
NAGESH THEATRE
PONDY BAZAR
HOLYANGELS CONVENT
RAMAN STREET
"SUSWAAD"
VENKATRAMAN STREET
NORTH BOAG ROAD
Dr. Nair Road
Also Available at :
C/o. Unique Electronics
160-Royapettah High Road,
(Opp-தண்ணீர் துறை மார்க்கட்)
Mylapore. Madras-4. Phone : 75490
Free Home Delivery For orders above 8 Kgs
(within Madras City limits)
ADSERVE

• Alliance invited from graduate decently employed boys upto 39 years earning above 3500 preferably Bombay based for Keralite Baradwaja graduate Uthirattathi/32/153/3500 employed in Telephones Bombay. To Box No.4329

• Alliance invited for Vadamal, Gargaya Gothram, Moolam graduate girl, working in NLC, 26 years good looking, height 5.1" from. Boys in Govt or Bank. Reply with horoscope to Box No.4330

• Alliance for Madhwa Kannada, Haritha Aayilyam good looking 29/164 graduat girl from same caste invited. To Box No.4331

• Chathatha Sri Vaishnava parents invite alliance from well educated employed boys for their daughter. B.Sc., M.Ed.,/Teacher Rs. 2000/- fair/good looking/1958. Reply with details horoscope to Box No.4332

• Alliance invited from well settled Hindu grooms, aged 40, for good looking, Brahmin girl of 30; employed at Madras; innocent divorcee. Apply with bio-data to Box No.4333

• Suitable non-Bharadwaja alliance invited for domestically trained Vadamal Tamil Iyer girl PUC slim fair Aswini 33 years height 5'2" good family. Reply with horoscope and family details to Box No.4334

O வடகலை அய்யங்கார் பெண், பாரத்வாஜம், மகம், 5' 4"/34/2000/தமிழக அரசுப் பணி. மூத்த சகோதரி திருமணத் திற்குக் காத்திருந்ததனாலேயே தாமத நிலை. கௌரவக் குடும்பம். எம்.ஏ., சிவந்த நிறம். உடனே சிறந்த முறைத் திருமணம். சிரிய பதவியுள்ள அய்யங்கார் வரன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4335.

O வடமாள், தமிழ், ஆங்கிலம், ஷார்ட் ஹாண்ட் பாஸ் செய்த பெண், பிறந்த தேதி 13.9.60. தபால் அலுவலகத்தில் ரூ. 560/— சம்பாதிக்கிறாள். எளிய திருமணம். உட்பிரிவுகள் பரவாயில்லை. நிரந்தர வேலையில் உள்ள பிராமண வகுப்பு பையன் தேவை. பெட்டி எண்: 4336.

O மௌத்கல்ய கோத்திரம், அஸ்வனி நட்சத்திரம், சுக்ல யஜுஸ், ஐயர், 24 வயது, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., பாஸ் செய்த, காது கேளாத, பேசாத பெண்ணிற்கு வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. வீட்டு வேலைகளிலும், தையலிலும் தேர்ச்சி பெற்றவள். தமிழ் ஐயர்களில் உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடனும் விவரங்களுடனும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4337.

O கௌசிகம், பிரஹசரணம், திருவாதிரை, 39, டைப்ரைட்டிங் தமிழ், ஆங்கிலம், ஹிந்தி ஷார்ட் ஹாண்ட் ஆங்கிலம், ஹிந்தி படித்த மத்தியப் பிரதேச மின்சார வாரியத்தில் பர்ஸனல் அஸிஸ்டெண்டாக வேலை பார்க்கும் தந்தையற்ற பெண்ணிற்கு மாற்றிக் கொள்ளும் வேலையிலுள்ள பிராமண ஐயர் வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 4338.

O இந்து நாடார் வகுப்பைச் சேர்ந்த (155 செ.மீ./33 வயது) படித்த எம். எஸ். ஸி., எம். எட்., தனியார் மேல்நிலைப் பள்ளி ஒன்றில் உதவித் தலைமையாசிரியையாக வேலை பார்க்கும் ரூ.3000 பெண்ணிற்கு படித்த கை சம்பாத்தியமுள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 4339.

O திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை, வயது 25, அஸ்வினி நட்சத்திரம், தையல் டைப்ரைட்டிங் டிப்ளமா மற்றும் டி.டி.சி. தேர்ச்சி உண்டு. இப் பெண்ணிற்கு, அரசுப் பணி மற்றும் ஆசிரியர் பணியில உள்ள மேற்படி இன வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 4340.

O மறவர் இனம். அழகும் குணமும் உடைய 24 வயது. ஸ்டாப் நர்ஸாக பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு, அரசு/தனியார் துறையில் பணிபுரியும் மறவர் இனத்து பட்டதாரி மணமகன் தேவை. வரதட்சணை மற்றும் அதிக செலவுமுறை எதிர்பார்க்காத முற்போக்கு குணம் கொண்டவர் அணுகவும். பெட்டி எண்: 4341.

O ஐயர், பிரஹசரணம், கௌண்டன்ய கோத்திரம், புனர்பூச நட்சத்திரம், பி.ஏ., பி.எட்., 37/165 பெண்ணுக்கு தகுந்த பட்டதாரியான நிரந்தர வேலையிலுள்ள வரன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண்: 4342.

O (வன்னிய, நாவிதர்) கலப்பின வகுப்புடைய வயது 23, சுமாரான படிப்பறிவும், சுமாரான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, குடும்பப்பாங்கான, அழகும் நல்ல குணமும் கொண்ட பெண்ணுக்கு சுமாராக படித்த, நிரந்தர வேலையுள்ள, நல்ல குணமுள்ள கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. விரைவில் திருமணம். பெட்டி எண்: 4343.

O தெலுங்கு பிராமணர், ஆயில்யம், 31 வயது கௌதம கோத்திரம், எஸ். எஸ். எல். சி., படித்துள்ள வேலைக்குச் செல்லாத, முதலீடுகளிலிருந்து மாதம் ரூ. 500/— வருமானம் உள்ள பெண்ணிற்கு இதே சாதியைச் சேர்ந்த தகுந்த வரன்களிடமிருந்து விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன. சிறந்த முறையில் திருமணம் செய்து தரப்படும். பெட்டி எண்: 4344.

O வன்னியகுல க்ஷத்திரியர் (நாய்க்கர்) 22/152 +2 வரை படித்த, பூரம் சுத்த ஜாதகம், குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த படித்த உத்தியோகத்தில் உள்ள வரன் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 4345.

O விவாகரத்து செய்த 30 வயது வடகலை ஐயங்கார் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம் பெண்ணுக்கு, ஐயர் அல்லது ஐயங்கார் பையன் தேவை. எஸ். எஸ். எல். சி., வரை படித்து உத்தியோகத்தில் இருக்கிறாள். விவரங்களுக்கு பெட்டி எண்: 4346.

O கன்னட மாத்வர் வயது 28, டெலிபோன் இலாகாவில் கிளார்க் ரூ. 1800/— சம்பளம், வசிஷ்ட கோத்திரம், பூராடம், பி.எஸ்.ஸி., பட்டதாரி வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 4347.

O கார்காத்த வேளாளர், வயது 26/5.3. பி.ஏ. திருவாதிரை, சிவப்பு, பெற்றோருக்கு ஒரே பெண்ணிற்கு அதே இனத்தில் தொழிற் கல்வி படித்த, இஞ்ஜினியர், கல்லூரி ஆசிரியர், வங்கியில் வேலை, உயர் அரசாங்க அதிகாரி, இதில் ஏதாவதொரு பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 4348.

O ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், அஸ்வினி, வயது 28, எஸ். எஸ். எல். சி., படித்த, 600 ரூபாய் சம்பளத்தில் பணியாற்றும் பிராமணப் பெண்ணுக்கு சம்பாதிக்கும் மணமகன் தேவை. அப்பா தெலுங்கு பிராமணர், அம்மா தமிழ் பிரஹசரணம். பேசும் மொழி தமிழ். இரு வகையிலும் உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 4349.



O ஐயங்கார் திருவனந்தபுரம் அல்லது அதற்கு அருகாமையில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. பெண் வடகலை பாரத்வாஜம். அசுவினி 25/163/3000 மத்திய அரசு விண்வெளித் துறையில் திருவனந்தபுரத்தில் வேலை. பெட்டி எண்: 4350.

O கவரா நாயுடு இனம், 10 வது வரை படிப்பு, உயரம் 152 செ.மீ. வயது 27, மாநிறம் கொண்ட அழகான பெண்ணிற்கு (நட்சத்திரம் திருவாதிரை) செவ்வாய் தோஷம் (4 ம் பாதத்தில்) அதே இனத்தைச் சேர்ந்த படித்த, நல்ல நிரந்தர வேலையில் இருக்கும் கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 4351.

* வயது 34, வடமான் வாதுள கோத்திரம், திருவோண நட்சத்திரம், வேலையில்லாத பெண்ணிற்கு அரசாங்க வேலை மற்றும் நிரந்தர கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் பையன் தேவை. பெட்டி எண்: 4352.

• Wanted alliance for Bharadwaja Gothram, Thiruvathirai, Brahadharanam Iyer girl 25/5' B.A. not employed type both higher, shorthand English inter passed. Reply to Ananthanarayanan, 18 A, Middle Street, Gobi - 638 452

• Alliance invited with horoscope from non-Bharadwaja groom, Engineer/C.A. preferable, age 26 to 28, for affluent final B.A. girl, 22/5'4", Moolam second padam, of very fair complexion. Address : C.G. Raman, Gopal Bagh, 20, Krishna Layout, Ganapathy, Coimbatore - 641 006

O முஸ்லிம், நற்குணமுள்ள, நன்கு வசதியுள்ள +2 படித்த அழகான பெண்ணிற்கு 2000/-க்கு மேல் மாத வருமானமுள்ள நல்ல குணமும் அழகும் வாய்ந்த தமிழ் அல்லது மலையாளம் தெரிந்த 27 க்கு மேல் 37 க்குட்பட்ட வயதுள்ள படித்த முஸ்லிம் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 4353.

* இனம்: தெலுங்கு யாதவர், வயது 23, படிப்பு 8 ஆம் வகுப்பு, வசதி சுமாரானவசதியைச்சேர்ந்த மணமகளுக்கு அரசு மற்றும் தனியார், சொந்தத் தொழில் செய்யும் நல்ல மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 20001.

* இந்து நாடார் வயது 24, பத்தாவதுமற்றும் ஆங்கிலம், தமிழ் உயர்நிலைத் தேர்ச்சி பெற்ற அழகான, செவ்வாய் தோஷம் உள்ள மணமகளுக்கு படித்த, அரசு வேலையிலுள்ள அதே இனத்தைச் சேர்ந்த செவ்வாய் தோஷம் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் எழுதுக. பெட்டி எண்: 20002.

* வேலூர் ஆற்காடு முதலியார் (துளுவ வேளாளர்) வயது 23, உயரம் 5' 3" பி. ஏ. பட்டதாரி, அழகான தோற்றம், நடுத்தர வசதியுள்ள, கௌரவமான குடும்பம், வீட்டு நிர்வாகத்தில் பயிற்சி, குணமுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு ஆபிஸர், லெக்சரர், என்ஜினியர் போன்ற மாப்பிள்ளை தேவை. பெட்டி எண்: 20003."

* துளுவ வேளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த பி.எஸ்ஸி. பட்டம் பெற்ற, நல்ல வசதியான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்குத் தகுந்த மணமகன் 36 வயதிற்கு மேல் 40 வயதுக்குட்பட்டவராய் தேவை. ஜாதகம் இல்லை. விருப்பமுள்ளவர்கள் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 20004.

* ஐயர், வடமான், ஆத்ரேய, பூசம், வயது 32, எட்டாம் வகுப்பு, தையல் மற்றும் குடும்ப வேலைகள் தெரிந்த, பேசும் திறன் அற்ற பெண்ணுக்கு ஏற்ற நிரந்தர வேலையில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் மற்றும் இரண்டாம் தாரம் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 20005.

* கேரள நாயர் வகுப்பு, மாநிறம், சராசரி உயரம், வயது 24, பரணி நட்சத்திரம், சுமாரான வசதியுடைய படித்த (பி. காம்.) மணப்பெண்ணிற்கு, நிரந்தர வருமானம் உடைய மணமகன் தேவை. தமிழ் நாட்டில் வசிக்கும் இதே வகுப்பைச் சேர்ந்தவர்கள் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 20006.

* திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை/பி. ஏ./26/152 செ.மீ./ஹஸ்தம், சிவப்பு நிறம், அழகு, குணம் நிறைந்த பெண்ணிற்கு, அதே இனத்தில், கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த நல்ல, நிரந்தரமான வேலையிலுள்ள தகுந்த மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 20007.

* டெல்லியில் மத்திய அரசு அலுவலகத்தில் வேலை செய்யும் 24 வயதுள்ள தெலுங்கு தேவாங்க செட்டியார் இனத்தைச் சேர்ந்த பட்டதாரி பெண்ணுக்கு, டெல்லியிலேயே வேலை செய்யும் படித்த வரன் தேவை. அரசு குடியிருப்பு உள்ளது. முழு விவரங்களுடனும், ஜாதகத்துடனும் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 20008.

* கௌசிக கோத்திரம் (வடகலை), திருவோணம் நட்சத்திரம், 35 வயதுடைய பெண்ணிற்கு, ஐயர் அல்லது ஐயங்கார் வகுப்பினில் 42 வயதிற்குட்பட்ட நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, நிரந்தர வருமானம் கொண்ட வரன் தேவை. இரண்டாந்தாரம் எனினும் சம்மதம். பெண் நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர். சுமாரான வசதியுள்ளவர். பெட்டி எண்: 20009.

* சைவ வேளாள பிள்ளை, வயது 23, உயரம் 5' 4," சிவப்பு நிறம், எம். எஸ்ஸி., மூல நட்சத்திரம் உள்ள பெண்ணுக்குப் பரம்பரை சைவ இன, அரசு, பொதுத் துறை, பிரபல தனியார் நிறுவனத்தில் நல்ல பணிபுரியும் பட்டதாரி மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 20010.

* மாத்வ தேசஸ்த காச்யபம், ஹஸ்தம் 29, வயது எம். எல். எல். பி., படித்த வீட்டு நிர்வாகம் நன்கு தெரிந்த தெய்வ பக்தி மிகுந்த சிவந்த நிறமும் சராசரி உயரமும் கொண்ட பெண்ணிற்கு அரசுப் பணி, உத்திரவாதமான கம்பெனி வேலையிலுள்ள அதே இன மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 20011.

* திருநெல்வேலி சைவ வேளாளர், பிள்ளை இனத்தைச் சேர்ந்த, மத்திய அரசில் பணிபுரியும் போஸ்ட் கிராஜுவேட்/வயது 30/உயரம் 160 செ. மீ./2500/- பெண்ணுக்கு சென்னையில் அல்லது சென்னைக்கு மாற்றலாகக் கூடிய அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 20012.



* செங்குந்த முதலியார் வகுப்பு. சிவில் மற்றும் கம்ப்யூட்டர் டிப்ளமோ பெற்றுள்ள, அழகும் குணமும் கொண்ட நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த 23 வயது பெண்ணுக்கு. அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த அரசுப் பணியில் உள்ள பட்டதாரி மணமகன் 28 வயதிற்குள் தேவை. பெட்டி எண்: 20013.

* பெருந்துறை, முலகநாடு காஸ்யப கோத்திரம், வயது 32, 160 செ.மீ., உயரமுள்ள பி.ஏ., ஆங்கில தமிழ் தட்டச்சு, தையல், சிவப்பு, வீட்டு வேலைகளில் நன்கு பழக்கமுள்ள பெண்ணிற்கு மத்திய/மாநில/நல்ல தனியார் வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 20014.

* வடமாள், வாதூலம், அஸ்வினி. 22/157/பி. காம்., குணமும், நிறமும், அழகும் உள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு 28 வயதிற்குட்பட்ட வடமாள் மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 20015.

* செங்குந்தர், வயது 34/5' 3'' எம். ஏ. பி. எட்., அரசு பள்ளி ஆசிரியைக்குத் தகுந்த மணமகன் தேவை. 40 வயதுக்குள் அரசு சார்பு நிறுவனம் தனியார் நிறுவனம் போன்றவைகளில் பணிபுரிதல் நலம் (முதலியார் பிரிவில் உட்பிரிவுகள் சம்மதம், சென்னையில் உள்ளவருக்கு முன்னுரிமை அளிக்கப்படும்) விவாகரத்துப் பெற்றவரும் மனைவியை இழந்தவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 20016.

* அய்யர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், நட்சத்திரம் விசாகம், வயது 35, உயரம் 5' 3'' பி.யு.சி. மற்றும் டைப்ரைட்டிங் பாஸ் செய்து, உத்தியோகம் இல்லாத பெண்ணிற்கு அரசுத்துறை அல்லது தனியார் துறையில் நிரந்தர வேலை பார்க்கும் தகுந்த வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 20017.

* Vadama Iyer Vadula Kettai beautiful fair, slim girl first class electronics engineer 23/160/2000 seeks alliance from professionally qualified well-placed fair handsome groom 27/29. Horoscopes and details to Box No.20018

* Alliance from Govt/reputed concern upto 35 yrs. for Vadamal Kousika, Tamil Iyer girl 25 yrs. 160 cms Moolam, 3rd padam fair BA II year discontinued, typing passed domestically trained. Subsect no bar. To Box No.20019

## மணமகள் — மணமகன் தேவை

* Alliance invited from Vellalar/Mudaliar, mutual/separate girl Uthirom 1 part 35/160 cms PUC and her brother Puradam 33/172 cms/2000 in Central Govt Service. Contact with details to Box No.3129

* Palghat Iyer Vadamal Kousika boy Revathi 37/165/1600 Tamilnadu Govt. transferable employed girl. Girl B.Com 26/155 Bank employed. Boy with clean habits employed at Bangalore mutual/separate considered. Contact Box No.3130

* வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், (கவுண்டர் பிரிவு), 27 வயது, 6 அடி உயரம், ரயில்வேயில் வேலை, (பி. காம்.) படிப்பு, சிவந்த நிறமுள்ள ஆணுக்கு மணமகள் தேவை. 22 வயது, 5½ அடி உயரம், பி. காம்., படிப்பு, சிவந்த நிறமுள்ள பெண்ணிற்குப் படித்த, வேலையில் இருக்கும்/சொந்தத் தொழில், நிரந்தர வருமானமுள்ள முற்போக்கு குணமுள்ள மணமகன் தேவை. க்ஷத்திரியர் உட்பிரிவும் சம்மதம்.) பெட்டி எண்: 3131.

* கள்ளர் முக்குலோத்தார் மணமகள் வயது 26, எம். ஏ. பி.எட்., எம்.ஃபில்., இந்தியில் எம். ஏ., டைப்ரைட்டிங் ஆங்கிலம், தமிழ் இரண்டும் தையல் தேர்வுள்ள பெண்ணுக்கும், மணமகன் பி.காம்., படித்த 31 வயதுள்ள மகனுக்கு, பி.எஸ்.ஸி., படித்த 26 வயதுள்ள பெண்ணுக்கும் மணமகன், மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் வேலையுள்ளவர்கள் முக்குலத்தவர் ஜாதியில் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3132.

* Agamudaiyans mutual/separate alliance invited for brother 38/160 CM/MA,BL advocate and his sister 27/150 CM/MA,BL also advocate city employed preferred. Write full details to Box No.30001

* தென்கலை அய்யங்கார், பார்க்கவம், திருவாதிரை 30/173/எம். காம்./ரூ. 1500 மாநில அரசில் பணிபுரியும் வரனுக்கு மணமகள் தேவை. அவரது சகோதரி அஸ்வினி, 36/153/பி.யு.சி., அழகு, குணம், குடும்பப்பாங்கு உள்ள பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. பெண் கொடுத்துப் பெண் எடுக்கவும் சம்மதம். பிராமணரில் எல்லாப் பிரிவுகளும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 30002.

* Tirunelveli Saiva Pillai employed graduate for girl teacher B.Sc., MA., B.Ed. 26/160 and brother 29/165 MA Central Govt. To Box No.30003

○ சைவப் பிள்ளை, டிப்ளமோ எலெக்ட்ரானிக்ஸ் 22/155 செ.மீ., பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையில் உள்ள அல்லது நல்ல பின்னணியில் குறைந்தது டிகிரி படித்த மணமகன் தேவை. தந்தை ஓய்வு பெற்ற ரயில்வே அதிகாரி. பெண்ணின் அண்ணன் 28/168/4000, பி.ஈ.,(மெக்.) நல்ல வேலையில் உள்ளவர்க்கு வேலையில் உள்ள அல்லது நல்ல மணமகள் தேவை. குடும்ப பின்னணியிலுள்ள பெண் கொடுத்து பெண் எடுக்கவும் சம்மதம். ஜாதகம் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 30004.

* Horoscopes invited from handsome young professional employed bridegrooms for Tamil Yadava girl B.A. 152/22 and brides horoscopes for her two brothers B.Com 28/180 and Bank employed B.Sc., 27/174. To Box No. 30005.



பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட் சார்பாகப் பரதன் அச்சகத்தில் ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று அச்சிட்டு வெளியிடுபவர்: வி. முரளி. இணை ஆசிரியர்: மஞ்சுளா ரமேஷ்.
நிர்வாகக் காரியாலயம், ரேஸ்கோர்ஸ் சாலை, கிண்டி-600 032. போன்: 431543, 434157, 434145.
ஆண்டுச் சந்தா — உள்நாடு: ரூ. 60/-; வெளிநாடு: கப்பல் தபால் ரூ. 140/-; விமானத் தபால் ரூ. 300/-.
ஆறு மாதச் சந்தா — உள்நாடு: ரூ. 30/-; வெளிநாடு: கப்பல் தபால் ரூ. 70/-; விமானத் தபால் ரூ. 150/-.



* வெற்றிச்செல்வி அவ்வைக்கு முதல் மாலை அணிவிக்கிறார்.

## நள்ளிரவில்

# ஒரு உறுதிமொழி!

"மாதர் தம்மை இழிவு செய்யும் மடமையை ஒழிப்போம்" என்று அறைகூவல் விடுத்தது கூட ஓர் ஆண் மகன்தான். எத்தகைய ஓர் அவல நிலையினைப் பெண்

* உறுதிமொழி எடுத்துக் கொண்ட போது...



* உறுதிமொழி எடுத்துக் கொண்ட வெற்றிச் செல்வி, அனுராதா ரமணன், கமல ஸ்ரீபால், வனிதா காமேஸ்வரன், மஞ்சுளா ரமேஷ்.



இனம் அடைந்திருந்தால் தன் நிலை குறித்து எடுத்துச் சொல்ல இயலாத பேதைமையை அடைந்திருப்பாள்? 'ஆணிற்குப் பெண் இங்கே இளைப்பில்லை காண்' என்று பாடிய புலவனின் காலம் போய் ஐம்பது வருடங்கள் ஆகிவிட்டன.

இன்றையப் பெண்ணின் நிலைமை சமூகத்தின் பார்வையில் (சற்றேனும்) முன்னேற்றம் அடைந்துள்ளதா என்ற கேள்விக்கு விடை கூறுவது போல் அமைந்திருந்தது அன்று டிசம்பர் 31 ஆம் தேதி 1990 இல் நள்ளிரவில் கடற்கரையில் ஔவை சிலைக்கு முன், 'மங்கையர் மலர்' நடத்திய உறுதி மொழி விழா.



**குமாரவாடி என்னும் கிராமத்திலிருந்து வந்திருந்த லைலா —**

"அதெல்லாம் உறுதிமொழி எடுத்துக்கறதோட சரிங்க. நாம எடுத்துக்கலாம். அதனால ஆம்பிளைங்க திருந்திடுவாங்களா? மனசாட்சி இருந்தால் அவங்கவங்க செய்யற தப்பு அவங்கவங்களுக்குப் புரியும். மனசாட்சியே இல்லாம அக்கிரமம் செய்யறவங்க சொன்னாலும் திருந்த மாட்டாங்க.

"இருந்தாலும் இந்த மாதிரி விழா செய்யறதிலேயும் ஒரு நன்மை இருக்கு. விழாவுக்கு வர்ற பெண்களுக்காவது தப்பு செய்யறப்ப, ஐயோ, நாம இந்த மாதிரி உறுதிமொழி எடுத்துக்கிட்டோமேன்னு தோணும் இல்லே?"

**குமாரி கார்த்திகா, சாய்லட்சுமி, கீழ்ப்பாக்கம் மருத்துவக் கல்லூரி மாணவி:**

"சிறு வயது முதலே பள்ளியிலும் சரி, கல்லூரியிலும் சரி எல்லா வகைப் போட்டிகளிலும் பங்கேற்றுப் பரிசு பெறுவதில் எனக்கு மிகுந்த ஆர்வம். எந்த விஷயமாயினும் சரி, எனக்குச் சரியென்று பட்டதை வெளிப்படையாகக் கூறி அதில் உள்ள நியாயத்தை எடுத்துரைப்பதில் நான் அச்சப்படுவதில்லை. காலம் பெண்களைப் பொறுத்தவரையில் நிச்சயமாக மாறியிருக்கிறது. ஆனால் அது என்னைப் போன்ற தைரியம் உள்ளவர்களிடையே மட்டும்தான். பெண்களின் நிலைமை முன்னேற வேண்டுமாயின், அது கிராமப்புறப் பெண்களிடமிருந்துதான் ஆரம்பிக்க வேண்டும். அன்று நள்ளிரவில் இவ்விழாவில் கலந்து கொண்டு பேசி உறுதிமொழி எடுத்த மதிப்பிற்குரிய மாதர்கள் விழாவினைத் திறம்பட நடத்தியதோடு அல்லாமல், அதனைச் செயல்முறையில் மேற்கொண்டு என்னைப் போன்றோர்க்கு வழிகாட்டிகளாய் இருக்க வேண்டுகிறேன்.

இவ்வாறு நான் கூறுவதற்குக் காரணம், அரசாங்கமும் சரி, மாதர் சங்கங்கள், மன்றங்களும் சரி, எத்தனையோ நல்ல காரியங்களை மேற்கொள்ளப் பல விழாக்களை நடத்தி இருந்தாலும் போதிய நிதியின்மையாலும், பிற காரணங்களினாலும் தொடர்ந்து அதனைச் செயல்படுத்த இயலாத சூழ்நிலைக்குத் தள்ளப்படுகின்றன. ஆனால் மங்கையர் மலரால் நடத்தப்பட்ட இவ்விழா, புதுமையுடன் புரட்சிகரமாய் இருந்ததைப் போலவே அன்று எடுத்த உறுதிமொழியின் குறிக்கோளை நிறைவேற்றுவதிலும் இருந்தால் கிராமப்புறப் பெண்டிர்களுக்குப் புனர்ஜென்மமாக வருங்காலம் அமையும் என்பது உறுதி."




அவனுக்குத் தேவை
ஜோரான ருசி...
அம்மாவுக்கோ
போஷாக்கில்தான் குறி...
இருவரும் விரும்புவது
புதிய கேம்ப்கோ
வின்னர்
இது ஜோரான
ருசியுள்ள சாக்கலேட்
பானம். மற்ற பானங்களைவிட
மும்மடங்கு அதிகமாக வின்னரில்
உள்ள சாக்கலேட் சுவை
குழந்தைகளுக்குக்
குதூகலம் மூட்டுகிறது.
ருசி மட்டுமா? சக்தி தரும் குளுகோஸ்
சத்தும் நிறைந்தது வின்னர்.
எனவேதான் பிள்ளைகளோடு
அன்னையரும் வின்னரையே
விரும்பித் தேர்ந்தெடுக்கின்றனர்.
குழந்தைகளின் முழுமையான
வளர்ச்சிக்கு அத்தியாவசியமான
வைட்டமின்களும் மினரல்களும் நிறைந்த
வின்னர் சூடான மற்றும் குளிர்ச்சியான
பாலில் மிக எளிதாகக்கரைகிறது.
கேம்ப்கோ
வின்னரையே தேர்ந்தெடுங்கள்.
அது ருசியில் 'வின்னர்',
போஷாக்கிலும் 'வின்னர்'.
TOP QUALITY
LOW PRICE
WINNER
கேம்ப்கோ
லிமிடெட் மங்களூர்
Campco Chocolates
Milk
TURBO
Eclairs
Playtime
TOFFEE
Campco Beverages
WINNER
R K SWAMY/CL/8343

# பாம்பே டையிங்

## வாங்குவீர், சேமிப்பீர்

# தள்ளுபடி விற்பனை

எல்லா வகை பாம்பே டையிங் துணிகள் மற்றும் விவால்டி ரெடிமேட் அணிவரிசைமேல்

**15% தள்ளுபடி**

பாலியெஸ்டர் ஷர்ட்டிங்குகள், பாலியெஸ்டர் மற்றும் பாலியெஸ்டர் வுல் ப்ளெண்டெட் சூட்டிங்குகள் - எல்லா ரகங்களுக்கும்

**15% தள்ளுபடி**

பாலியெஸ்டர் மற்றும் காட்டன் விரிப்புகள், டவல்கள், ஃபர்னிஷிங்குகள், ப்ளாங்கெட்டுகள் மற்றும் க்வில்ட்கள் - எல்லா ரகங்களுக்கும்

**15% தள்ளுபடி**

பாலியெஸ்டர் மற்றும் காட்டன் சேலைகள், டிரெஸ் மெட்டீரியல்கள், ரூபியா, கேம்ப்ரிக், லாண் - எல்லா ரகங்களுக்கும்

**15% தள்ளுபடி**

விவால்டி ரெடிமேடு ஷர்ட்டுகள், ட்ரௌசர்கள், ஜீன்சுகள், பனியன்கள், ஜட்டிகள், கைக்குட்டைகள் -மற்றவைகளுக்கும்

தமிழ்நாடு, கேரளா, மற்றும் பாண்டிச்சேரியிலுள்ள எங்களது 120-க்கும் மேற்பட்ட ஷோரூம்களிலும் 600-க்கும் மேற்பட்ட அங்கீகாரம் பெற்ற டீலர்களிடமும் கிடைக்கும்

விநியோகஸ்தர்கள்

சிவ்ராம்ஸ் அஸோஸியேட்ஸ்/சிவ்சேல்ஸ் கோயமுத்தூர் - 11 சென்னை - 17

Bankers : The Federal Bank Ltd.

**இச்சலுகை குறிப்பிட்ட காலம் வரை மட்டுமே**

**குடும்பச் சூழ்நிலை காரணமாகத் தனது பத்தாவது வயதில் ஔவை இல்லத்தில் சேர்ந்து +2 வும் நர்சிங்கும் முடித்து அவ்வில்லத்திலேயே பணிபுரியும் குமாரி ரத்தினம்:**



"ஆன்றோராலும், சான்றோராலும் அன்றும், இன்றும் புகழப்படும் ஔவையின் சிலைக்கு டாக்டர் முத்துலக்ஷ்மியின் பிறந்த நாளன்று மாலையிட்டு உங்கள் முன்னேற்றத்தின் வழிகாட்டியாய் இருக்க வேண்டுங்கள் என்று சிலம்புச் செல்வர் ம. பொ. சிவஞானம் தன்னிடம் அடிக்கடி கூறியதாக எங்களது இல்லத்தின் தலைமை ஆசிரியை திருமதி இராமதிலகம் கூறுவார்கள். அவரின் எண்ணம் ஈடேறும் வகையில் 31 டிசம்பர் '90 ஆம் ஆண்டு நள்ளிரவில் ஔவையின் சிலைக்கு எங்கள் இல்லத்தின் சார்பில் மாலையிட்டு உறுதிமொழி எடுத்துக் கொண்டது பரபரப்பாகவும் ஒரு புதுமையாகவும் இருந்தது.

ஏழ்மை காரணமாகவும், பெற்றோரின் நிராகரிப்பாலும் இவ்வில்லத்தில் சேர்ந்து என்னுடன் படித்த பெண்கள் பலர் வெளியுலகத்தில் அடியெடுத்து வைத்து, தனக்கு ஒரு நிலையான வாழ்க்கை அமைய வேண்டும் என்கிற எண்ணத்தில் திருமணம் செய்து கொண்டும், மீண்டும் பழைய இன்னல்களே இவர்களது வாழ்க்கையினைச் சீர்குலையச் செய்வதனைப் பார்க்கையில் எனக்குத் திருமணம் என்ற வார்த்தையே வெறுப்பைத் தருகின்றது. அன்றிலிருந்து இன்று வரை பெண்கள் முன்னேற்றம் என்பது நத்தை வேகமாகத்தான் இருக்கிறது. இந்நிலைமையில் இத்தகைய உறுதிமொழி விழாக்கள் இன்னும் இன்னும் எத்தனை நாம் மேற்கொள்ள வேண்டி வருமோ? கிராமத்துப் பெண்களும் இந்த உறுதிமொழி விழாவில் பங்கு கொண்டதைப் பார்க்கையில், படித்த பெண்களிடையே ஏற்பட்ட விழிப்புணர்ச்சி அவர்களிடையேயும் மலர ஆரம்பித்திருக்கிறதை உணர முடிகிறது. இவ்வகை உறுதிமொழிகளின் குறிக்கோள்கள் செயல்முறையில் ஈடேறினால் பெற்றோரால் துன்புறுத்தப்பட்டு அபயம் தேடி ஔவை இல்லத்திற்கு வரும் பரிதாபத்துக்குரிய பெண்களின் எண்ணிக்கை குறையும் என்பது நிச்சயம்.

ஆர்ப்பரிக்கும் கடல். மழை வேறு அவ்வப்போது வரட்டுமா, வந்துவிடுவேன் என்று பயமுறுத்திக் கொண்டிருந்தது. அந்த நள்ளிரவிலும் ஔவைப் பாட்டியின் சிலைக்கு முன் திரண்டிருந்த பல்வேறு மாதர் சங்க மங்கையர் வட்டத்தினையும், ஔவை இல்லச் சிறார்களையும் பார்க்கையில் மனத்தின் ஓரத்தில் ஓர் புது நம்பிக்கை ஒளி, ஓர் உற்சாகமும் உத்வேகமும் கொப்புளித்தது.

சமூகத்தில் பல துறைகளில் சிறப்புற்று விளங்கும் பெண்மணிகள் பலர் இவ்விழாவில் கலந்து கொண்டு விழாவிற்குப் பெருமை சேர்த்தார்கள். மாண்புமிகு தமிழ்க் குடிமகனின் துணைவியார் திருமதி வெற்றிச் செல்வி தமிழ்க்குடிமகன் உமருத்துவப் பல்கலைக் கழகத் துணைவேந்தர் திருமதி லலிதா காமேஸ்வரன், டாக்டர் திருமதி கமலி ஸ்ரீபால் மற்றும் பட்டிமன்றத்தில் பரபரப்பாகப் பேசும் அரசு மணிமேகலை, எழுத்தாளர் அனுராதா ரமணன், ஔவை இல்லத் தலைவி திருமதி மந்தாகினி கிருஷ்ணமூர்த்தி என்று திரும்பிய பக்கமெல்லாம் தனக்கென்ற துறையில் தனியிடம் பெற்றுச் சிறப்பெய்திய பெண்மணிகள்.

அனைவரையும் வரவேற்று முதலில்

எட்டுக்கோப்பை ராகி, ஒரு கோப்பை உளுந்து சேர்த்துச் சிறிது வறுத்த ஓமம் போட்டு, மிஷினில் அரைத்து வைத்துக் கொண்டு, அதிலே மோர் கலந்து தோசை வார்க்கலாம். மாவில் சிறிது பெருங்காயமும் சேர்த்துக் கொண்டால் வாசனை பிரமாதமாய் இருக்கும்.

தபஸ்யா.



# சில வினாடிகளுக்குப் பின்...

**சமையலறைக்குள் குழந்தை நுழைந்தது... அதுதான் முதல் முறை... ஆனால் அதுவே கடைசி முறையுமானது.**

எரிந்து கொண்டிருந்தது தரை மீதிலிருந்த அடுப்பு. அதன் நீல தீ ஜ்வாலைகள் அந்த குழந்தையைக் கவர்ந்திழுத்தது. பிறகு, மிஞ்சியதெல்லாம் சோகம்தான். உங்கள் அன்புச் செல்வங்களுக்கு இது போல் எதுவும் ஆகும் முன்னர், முன்னெச்சரிக்கையாக இருங்கள். சமையலறை பாதுகாப்பு விதிகளைப் பின்பற்றுங்கள். அவற்றில் சில, இது போல... * சமையலறையில் விளையாட குழந்தைகளை அனுமதிக்காதீர்கள். * உங்கள் கேஸ் அல்லது மண்ணெண்ணெய் அடுப்பை உயரமான மேடையில் வையுங்கள். தரையில் வைக்கவே வைக்காதீர்கள். * மண்ணெண்ணெய் ஸ்டவ்வை அளவுக்கு மீறி பம்ப் அடிக்காதீர்கள். * சமையல் பகுதியில் அலமாரி போன்ற அடுக்குகளை வைக்காதீர்கள். * கேஸ் ஸ்டவ் பயன்படுத்துகையில், ஆயில் நிறுவனங்கள் சிபாரிசு செய்துள்ள பாதுகாப்பு விதிகளைப் பின்பற்றுங்கள்.

**உஷார் — இல்லாவிடில் உங்கள் குடும்ப மகிழ்ச்சி, சோகக் கதையாகி விடக்கூடும்.**

LPA

லாஸ் ப்ரிவென்ஷன் அசோசியேஷன் ஆஃப் இந்தியா லிட்.,
(ஆதரவு வழங்குபவர்: ஜெனரல் இன்ஷூரன்ஸ் இண்டஸ்ட்ரி)
வார்டன் ஹவுஸ், சர் பி.எம். ரோடு, பம்பாய் 400 001.

LINTAS LPA AS 14 2216 TM

**31.12.90 அன்று நள்ளிரவு 12 மணியளவில் சென்னை நகரப் பெண் மணிகள் எடுத்துக் கொண்ட உறுதிமொழி:**

1 பெருமை மிகுந்த இந்திய நாட்டின் பிரஜையாகிய நான் பெண்களின் உயர்விற்காக என்றென்றும் பாடுபடுவேன்.

2 பெண் கருக்களை, பெண் சிசுக்களைக் கொல்வதற்கு நேரடியாகவோ மறைமுகமாகவோ, தெரிந்தோ, தெரியாமலோ காரணமாக இருக்க மாட்டேன்.

3 பெண் குழந்தைகளைத் தாழ்மைப் படுத்தி, பெண்களை அவதூறாகப் பேசி, அவர்களின் மனத்தில் தாழ்வு மனப்பான்மையோ, வருத்தமோ, ஏற்படுமாறு செய்ய மாட்டேன்.

4 சமூகத்தில் எங்கே பெண்களுக்கு அநீதி நடந்தாலும், என்னால் ஆன வரை அதனைத் தடுத்து நிறுத்துவதற்குப் பாடுபடுவேன்.

என்பவற்றை, பெண் குழந்தைகள் ஆண்டு முடிந்து, பெண் குழந்தைகள் பத்தாண்டு ஆரம்பித்த இந்த நல்லவேளையில் உறுதிமொழியாக எடுத்துக் கொள்கிறேன்.

— இப்படி ஒவ்வொரு மகளிர் மன்றமும் உறுதிமொழி எடுத்துக் கொள்ளலாம். உறுதிமொழி எடுத்துக் கொண்டு, அதன்படி நடக்கத் தீர்மானித்த பெண்கள் குழு, (உறுதிமொழி எடுத்துக் கொள்ளும்) புகைப்படத்தோடு செய்தியை அனுப்புங்கள். பிரசுரிக்கிறோம். பெண் வருத்தம் தீர நாம் ஒவ்வொருவரும் பாடுபடுவோம்.

பேசிய மஞ்சுளா ரமேஷ், எதற்காக ஔவையார் சிலையைத் தேர்ந்தெடுத்து மாலை போடுகிறோம் என்பது பற்றியும், விழாவின் நோக்கங்கள் பற்றியும் பேசினார்.

அடுத்து, 'மருத்துவத் துறையில் பெண்களின் முன்னேற்றம்' பற்றிப் பேசிய திருமதி லலிதாகாமேஸ்வரன்,வெளியுலகவாழ்க்கையில் பங்கு கொள்ளப் பெண்கள் முதலில் தேர்ந்தெடுத்த துறை செவிலியர், ஆசிரியர் மற்றும் மருத்துவம் என்றார். மேலும் அவர் மென்மனம் படைத்த மகளிர் தனக்கு ஏற்பட்ட கசப்பான வாழ்க்கை தன் பெண் சிசுவிற்கு ஏற்படக் கூடாது என்கிற தாபத்தினால் கையாலாகதவளாய்த் தன் சிசுவையே கொல்லத் துணிகிறாள். இந்த அவல நிலை மாறி, படித்த பெண்டிரே பெண்மையினை இழித்துரைக்கும் இழிவு நிலையும் மாற, நம்மைப் போன்றவர்களிடையே ஒரு விழிப்புணர்ச்சி ஏற்பட வேண்டும்'' என்றார்.

'ஆன்மீகத் துறையில் பெண்கள்' என்கிற தலைப்பில் பேசிய திருமதி கமலி ஸ்ரீபால் பெண்களை போகத்தின் உருவமாகப் பார்க்கும் நிலைமை மாறி, யோக சக்தியின் உருவமாகப்பார்க்கவேண்டும்என்றார்.சமூகத்தில் பெண்கள் நிலை குறித்துப் பேசிய திருமதி அரசு மணிமேகலையும் இதனையே வலியுறுத்தினார். அவ்வை இல்லத் தலைவி திருமதி மந்தாகினி கிருஷ்ணமூர்த்தி எழுப்பிய ஒரு வினா மனத்தில் ஆணி அடித்தாற் போன்று உரைத்தது. "பெண்ணின் இவ்விழி நிலைக்கு ஆண் வர்க்கம் காரணமாயின் முதல் மாற்றம் அவர்களிடையேதான் ஏற்பட வேண்டும்'' என்று அழுத்தம் திருத்தமாக எடுத்துரைத்தார்.

பின் அரசியலிலும், ஆன்மீகத்திலும் சரித்திரம் படைத்த அவ்வைக் கிழவி சிலைக்குமுன், பெருமை மிகுந்த பாரத நாட்டின் பெண் பிரஜைகள், பெண் கருக்களையும், சிசுக்களையும் நேரடியாகவோ, மறைமுகமாகவோ கொல்வதற்குக் காரணமாக இருக்க மாட்டேன் என்றும், பெண்களை அவதூறாகப் பேசி அநீதி நடந்தால் அதனைத் தடுத்து நிறுத்துவதற்குப் பாடுபடுவேன் என்றும் உறுதிமொழி எடுத்தார்கள்.

31.12.90 நள்ளிரவு பன்னிரண்டு மணிக்குப் பெண்மணிகள் எடுத்த உறுதிமொழி தற்போதைய நிலைமைக்கும், சூழ்நிலைக்கும் அவசியமான, தேவையான ஒன்று என்றாலும், எவ்வளவோ ஆக்கபூர்வமான பணிகளைத் தொடங்கி நாடு வளர்ச்சிப் பாதையில் பீடு நடை போட பல துறைகள் இருக்க, இங்கே அடிப்படை உரிமைக்கே இன்னும் உரிமைக் குரல் கொடுக்கிறோமே என்று நினைக்கையில் மனம் வேதனையடையத்தான் செய்கிறது. ஆயினும் ஓயாது கரையை முத்தமிட்டுச் செல்லுகின்ற அலைகளும், இளம் தூறலோடு வீசும் காற்றும் கூட, 'உதவிக்குக் கரம் கொடுங்கள்; உரிமைக்குக் குரல் கொடுங்கள்' என்று கூறி ஆசீர்வதிப்பது போல் இருந்தன.

— கீதா ஜி.

அட்டை வண்ணப்படம்:
டி. சி. நாகேஷ்.

புகைப்படங்கள்: யோகா.

ஐ (eye) ஆயின்ட்மெண்ட் வாங்கி நாளாகி விட்டால், கண்ணுக்கு உபயோகப்படுத்தக் கூடாது. எறிய வேண்டாம். வேறு ஏதாவது காயத்துக்குப் போடலாம். நல்ல பலன் இருக்கிறது. என் சொந்த அனுபவம்.

— பார்வதி.

குறுநாவல்

# கஸ்தூரி மானும் கானல்நீர் நிலைகளும்

விமலா ரமணி

## அத்தியாயம் 1

அந்த ஏரோகிராம் கடிதத்தைத் திருப்பித் திருப்பிப் பார்த்தாள் ஜானகி அம்மாள். கஸ்தூரி கடிதம் போட்டிருக்கிறாள்.

''கஸ்தூரிகிட்டே இருந்து லெட்டர் வந்திருக்கு.''

— ஜானகி அம்மாள் இரைந்து சொன்னாள்.

ஊஹூம்! ஒரு சலனமும் இல்லை. வீடே நிசப்தத்தில் ஆழ்ந்திருந்தது. இப்படி ஒரு கும்பகர்ணத்தனமா?

முன் அறையில் இருக்கும் மூத்த மருமகள் சியாமளி இந்த நேரம் கதைப் புத்தகம் தான் படித்துக் கொண்டிருப்பாள். பாதி சார்த்தி இருந்த அறைக் கதவின் வழியாக, படுத்திருந்த சியாமளியின் கால் தெரிந்தது. தூங்குவது போல் பாசாங்கு!

ஹாலை ஒட்டினாற்போல் இருக்கும் இளைய மருமகள் பிரேமாவின் அறையைப் பார்த்தாள் ஜானகி அம்மாள். கதவு வெளிப் பூட்டு பூட்டி இருந்தது. சரிதான், எங்காவது ஊர் சுற்றக் கிளம்பி இருப்பாள்.

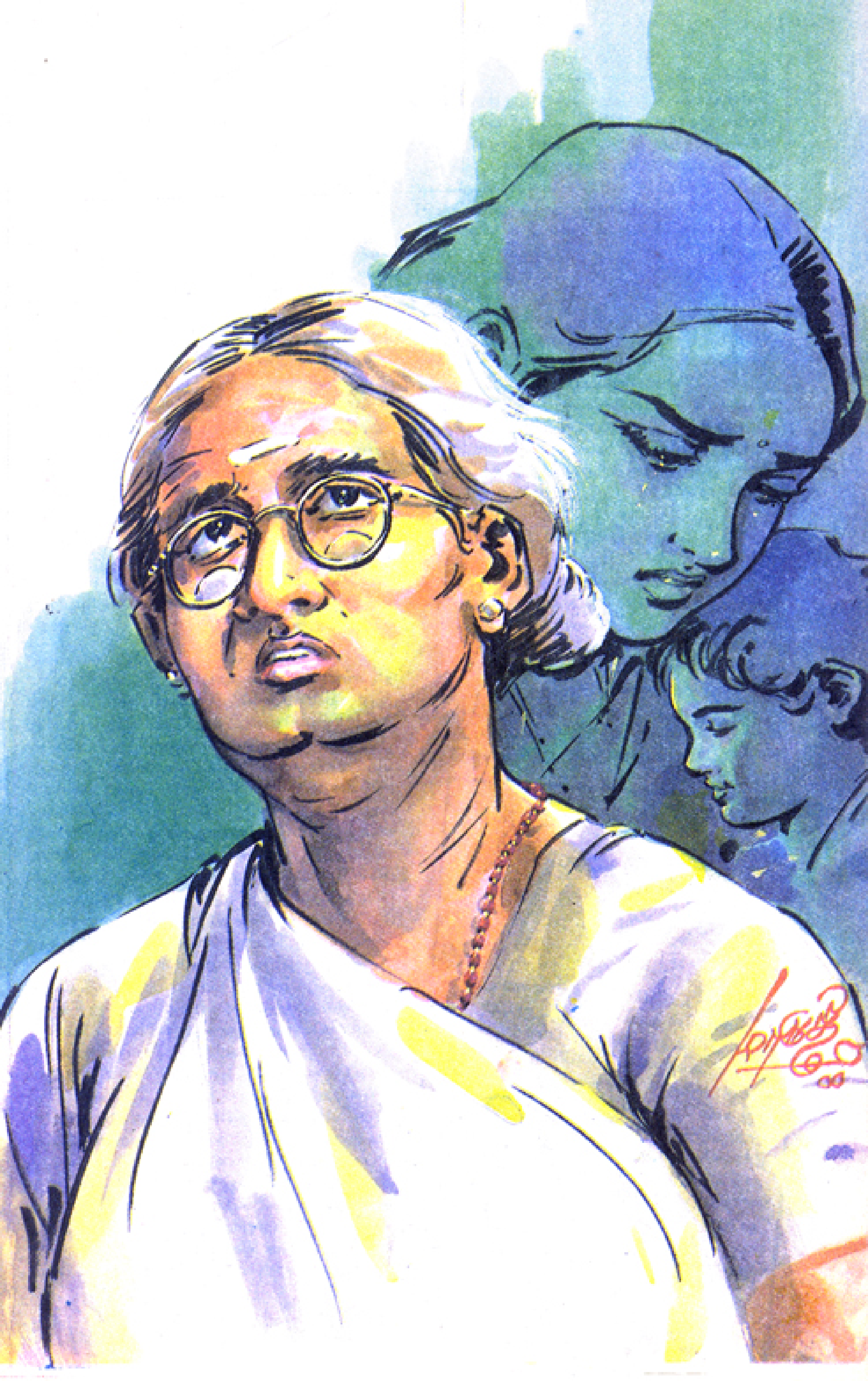
ஜானகி அம்மாள் ஏரோகிராம் கடிதத்தைப் பிரித்தாள். கண்ணாடியைத் தேடி எடுத்து மாட்டிக் கொண்டு படித்தாள்.

அம்மா,

தன் மகளை அமெரிக்க மாப்பிள்ளைக்குக் கட்டிக் கொடுக்க வேண்டும் என்று அப்பா ஆசைப்பட்டு எனக்குக் கல்யாணம் செய்து வைத்து விட்டு கண்ணை மூடி விட்டார். பத்து வருடங்கள் படாதபாடு பட்டு விட்டேன். இதைப்பற்றி என் முந்தையக் கடிதங்களில் ஓரளவு குறிப்பிட்டிருந்தேன். இதற்கு முன் நான் ஒவ்வொரு தடவை இந்தியா வரும் போதும் நான் சிரித்ததெல்லாம் உன் மனம் நோகக் கூடாது என்பதற்காக. என்னுள் ஆறாத ரணமாய் சோகம் உறுத்தினாலும் நான் சிரிப்பது போல் நடித்தேன். காரணம், நீ அழக் கூடாது என்பதற்காக. இனி பொறுக்க முடியாது என்கிற கட்டம்.

அமெரிக்க மாப்பிள்ளை என்று, படித்தவர், பண்புள்ளவர் என்று நீ நினைத்திருக்கும் மாப்பிள்ளை என்னை அடிக்கிறார், திட்டுகிறார், குடிக்கிறார். இன்னும் என்ன என்னவோ? அத்தனையும் பட்டியல் போட்டால் அசிங்கம். என் மனத்தழும்பை இத்தனை நாள் மறைத்துப் பார்த்தேன். என் உடல் தழும்பை இப்போது மறைக்க முடியாத நிலை. உள்ளத்தின் ரணத்தோடு உடம்பும் புண்ணாகி, அடிபட்டு வீங்கி, செப்டிக் ஆகி, நானே என்னை ஆஸ்பத்திரியில் 'அட்மிட்' செய்து கொண்டு சிகிச்சை பெற்று வீடு திரும்பினேன். ஆனால் வீட்டிற்குள் வராதே என்று என் முகத்தில் கதவை அறைந்து சார்த்தி விட்டார்! இனி என்னம்மா பண்ணுவேன்?

தற்சமயம் என் சினேகிதி வீட்டில், ஐந்து வயதான உன் பேரன் சுபாஷுடன் வாழ்ந்து... தப்பு இருந்து கொண்டிருக்கிறேன். ''உன்னை சந்தி சிரிக்க வைத்தவனை கோர்ட்டுக்கு இழுக்க வேண்டும். விவாகரத்து கேட்டு டாலர் டாலராக காம்பன்சேஷன் வாங்க வேண்டும்'' என்கிறாள் என் தோழி. சினேகிதி வீட்டில் தண்டச்சோறு சாப்பிட முடியுமா? தற்காலிகமாக ஒரு வேலை தேடிக் கொண்டிருக்கிறேன். சுபாஷை தன்னுடன் வரச் சொல்லி நான்



இல்லாத சமயமாய் போனில் உன் மாப்பிள்ளை கூப்பிட்டுக் கொண்டிருக்கிறார். என்ன செய்வது என்று புரியவில்லை. உன் பதில் பார்த்து பிறகு முடிவு செய்கிறேன். உடன் அண்ணா, மன்னிகளைக் கலந்து ஆலோசித்து பதில் போடவும். என் விலாசமும் 'போன்' நம்பரும் தந்திருக்கிறேன். இதற்குப் பதில் வரவில்லை என்றால் இனி எழுத மாட்டேன்.

அன்புடன்,
கஸ்தூரி.

கடிதத்தைப் படித்து முடித்த ஜானகி அம்மாள் மனத்துள் கதறி அழுதாள். எப்படி இருந்த கஸ்தூரி? எப்படி ஆகி விட்டாள்? இரண்டு பிள்ளைகளுக்கு அப்புறம் கடைக்குட்டியாகப் பிறந்த கஸ்தூரியை மூத்தவன் ரங்கனும், இளையவன் ஸ்ரீவத்ஸனும் எப்படி ஆசையாய் வளர்த்தார்கள்.

ஜானகி அம்மாள் பழைய நினைவுகளில் மூழ்கினாள்.

## அத்தியாயம் 2

"அம்மா இன்னிக்குப் பள்ளிக்கூடத்திலே சுதந்திர நாள் கொண்டாடினாங்களா? சாக்லேட் கொடுத்தாங்க. நான் கஸ்தூரி பாப்பாவுக்கும் சேர்த்து ஒரு சாக்லேட் வாங்கிட்டு வந்திருக்கேன்" — என்பான் மூத்தவன்.

"ஆன்ட்டி... எனக்கு பிஸ்கட் கொடுத்தீங்க. கஸ்தூரி பாப்பாவுக்குக் கிடையாதா?" யார் என்ன பொருள் அவனுக்குக் கொடுத்தாலும் தன் தங்கைக்கும் பங்கு கேட்கும் இளையவன்.

"கஸ்தூரி பாப்பா... எங்கிட்டேதான் வருவா. இல்லேம்மா?"

"போடா... அவ என்னைப் பார்த்துத்தான் சிரிக்கறா. எங்கிட்டேதான் வருவா. இல்லேம்மா?"

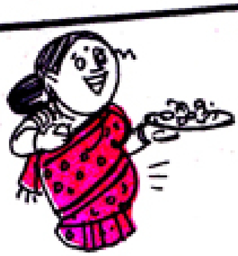
பாசமிருந்த இரண்டு அண்ணன்கள் என் கஸ்தூரிக்குப் பக்கத் துணையாக இருக்கும் போது எனக்கென்ன குறை என்று நினைத்துக் கொள்வாள் ஜானகி அம்மாள்.

கஸ்தூரியைப் பள்ளி அனுப்பியபோதும் சரி, கல்லூரி அனுப்பிய போதும் சரி, சகல விதமான உதவிகளையும் செய்து, உடனிருந்து அழைத்து வந்தார்கள் பிள்ளைகள்.

பெரியவனுக்கு வேலையாகி முதல் மாதச் சம்பளம் முழுவதையும் கஸ்தூரிக்கு பட்டுப் புடைவையாக வாங்கிக் கொண்டு வந்து விட்டான் மூத்தவன். இளையவன் மட்டும் என்ன? ஏதோ பத்திரிகை நடத்திய கட்டுரைப் போட்டியில் கலந்து கொண்டானாம். முதல் பரிசு ஐந்நூறு ரூபாயையும் கஸ்தூரிக்கே தந்து விட்டான்! இரண்டு பிள்ளைகளும் தங்களுக்கென்று எதையுமே வைத்துக் கொள்ளவில்லை. எல்லாம் கஸ்தூரி... கஸ்தூரிக்கே!

பெரியவனுக்குத் திருமணமாகி சியாமளா வீட்டில் அடி எடுத்து வைத்தாள். இளையவனுக்கும் திருமணமாகி பிரேமா மருமகளானாள். கூட்டுக் குடும்பமாக இருந்ததால் அவரவர் ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையை மொத்தமாக தந்தையிடம் தந்து விடுவார்கள். ஜானகி அம்மாளின் கணவர் ராமபத்ரனுக்கு வேலை இல்லை. எப்படியோ இத்தனை நாள் ஒப்பேற்றியாகி விட்டது. இனி கஸ்தூரிக்குக் கல்யாணம் செய்து வைக்க வேண்டும் என்று நினைத்த போது பொறுப்பு மலையாகத் தெரிந்தது.

"என்னங்க, கல்யாணம்னா சும்மாவா? அத்தனை பொறுப்பையும் உங்களால எத்துக்க முடியுமா? அதான் வீட்டுச் செலவுக்குன்னு மாசா மாசம் அப்பாகிட்டே பணம் தர்றீங்க. அதைத் தவிர கஸ்தூரிக்குப் புடைவை, அது இதுன்னு பரிசுகள் வேறே. ஆனா, முழுக் கல்யாணப் பொறுப்பையும் நம்மால எத்துக்க முடியுமா? என்னதான் உங்க தம்பியும் கூட பணம் செலவழிச்சாலும் லட்சக்கணக்கா பணத்துக்கு எங்கே போறது? அப்புறமா நமக்குக் குழந்தை குட்டி பொறக்காதா? அவங்களோட எதிர்காலத்துக்கு என்ன பண்றது? கல்யாணக் கடனை அடைக்கறதுக்குள்ளே நமக்கு காசிக்குப் போற வயசாயிடும். பேசாம இந்த வீட்டை விக்கச் சொல்லுங்க. மூணு பாகம் போடட்டும். உங்களுக்கும், உங்க தம்பிக்கும்



நமது உடல் மிக விசித்திரமானது. சில சமயங்களில் நாம் மிக ஆவலுடன் ஒரு பழம் அல்லது உணவுப் பண்டம் எதையாவது உண்ண விரும்பினால் நம் உடலுக்கு அதிலுள்ள சத்து இன்றியமையாதது என்றே பொருள் (சபலத்திற்காகச் சாப்பிடுவதைக் கணக்கில் சேர்க்காதீர்கள்) கர்ப்பிணிகள் சில பொருள்களை அதிக ஆவலுடன் சாப்பிடுவதும் இதனால்தான் என்று மருத்துவ விஞ்ஞானம் சுட்டிக் காட்டுகிறது!

நன்றி: சயன்ஸ் டைஜெஸ்ட்.

தகவல்: கிருஷ்ணவேணி ரங்கநாதன்.

ஒரு பாகம். மீதம் இருக்கிற கஸ்தூரி பங்கிலே அவளோட கல்யாணத்தைச் செய்ய வேண்டும். நாமும் நம்மால ஆனது ஏதாவது செய்யலாம்'' — என்றாள் சியாமளா.

சியாமளா கூறியதிலும் உண்மை இருந்தது. அனைவரும் கூடிப் பேசி வீட்டை விற்க முடிவு செய்த போது ஜானகி அம்மாள் அழுதே விட்டாள். அவள் வாழ்ந்த வீடு. குழந்தைகள் வளர்ந்த வீடு. இவள் இன்ப, துன்பம் அத்தனையிலும் பங்கு கொண்ட வீடு...

இந்த நிலையில்தான் அந்த அமெரிக்க வரன் வந்தது. பையன் பி.எச்.டி. பண்ணி விட்டு கம்ப்யூட்டர் இன்ஜினியராக இருக்கிறான். கை நிறைய சம்பளம். தனி அபார்ட்மெண்ட். கார் வசதி. கேட்க ரம்யமாக இருந்தது. பெண் பார்த்த மாதவன் சம்மதமும் தந்து விட்டான்!

ஆனை மட்டும் கஸ்தூரி அழுது பார்த்தாள்.

''நான் மேலே படிக்கிறேன். வேலைக்குப் போகிறேன். எனக்குக் கல்யாணம் வேண்டாம். அதற்காக இந்த வீட்டையும் விற்க வேண்டாம்.''

யாரும் கேட்கவில்லை. வீட்டை விலை பேசி அட்வான்ஸ் வாங்கி திருமண ஏற்பாடுகளை 'மடமட'வென்று கவனிக்க ஆரம்பித்து விட்டார்கள். மாப்பிள்ளை மாதவன் மனைவியைத் திருமணம் ஆன கையோடு கூட்டிக் கொண்டு போக வேண்டும் என்பதற்காக விஸா மற்றும் அதற்குரிய ஏற்பாடுகளில் மும்முரமாக இருந்தான். அதற்காக முதலில் பதிவுத் திருமணம் செய்து கொள்ள வேண்டுமாம். ரங்கன் தான் கஸ்தூரியைக் கூட்டிக் கொண்டு சென்னை போய் பதிவுத் திருமணம் செய்வித்து அதற்குரிய ரசீதுகளைப் பெற்று மாப்பிள்ளையிடம் தந்தான்.

பதிவுத் திருமணம் முடிந்த கையுடன் அன்று ரங்கன், கஸ்தூரி, மாதவன் மூவரும் ஹோட்டலுக்குப் போனார்கள். அந்த நாளைக் கொண்டாட.

அன்றே மாப்பிள்ளை 'ஷாம்பேனுக்கு' ஆர்டர் பண்ணியபோதே ரங்கனும், கஸ்தூரியும் திகைத்தார்கள்.

ரங்கன் கஸ்தூரியிடம் மெல்லச் சொன்னான்.

''கஸ்தூரி இதைப் போய் பெரிசு பண்ணாதே. அமெரிக்கா மாப்பிள்ளை. முன்னே பின்னேதான் இருக்கும். எல்லாம் நீ போய்ச் சரி பண்ணிடலாம். இதை அம்மா கிட்டே சொல்லிடாதே!''

கஸ்தூரி தலையாட்டினாள். அமெரிக்கா போன பிறகுதான் தெரிந்தது. எதுவுமே சரி பண்ண முடியாது என்று.

மாதவனுக்குக் குடிப்பழக்கம் இருந்தது. பெண்கள் நட்பு இருந்தது. மனைவி என்பது அவனைப் பொறுத்தவரை ஒரு காட்சிப் பொருள்! அமெரிக்காவில் எல்லாம் ஆட்டோமேடிக்தான்! ஆட்டோமேடிக் வாஷிங் மெஷின், வேக்யூம்க்ளீனர், டிஷ் வாஷர், ரைஸ் குக்கர், மிக்ஸி... இதே போல்தான் மனைவியும்! வாஷிங் மிஷின் தன் பணி முடித்ததும் அலாரம் அடித்துத் தன் எஜமானரை விசில் கொடுத்து அழைக்குமே! அதே போல்தான் மனைவி என்பவளும் என்பது அவன் நினைப்பு. சமைக்க, உணவு பரிமாற, வீட்டில் அடி உதை பட்டாலும் இந்திய உடை அணிந்து, பண்பாட்டுத் திலகமாய், இந்தியாவின் மறு உருவமாய் இவனுடன் கூட பார்ட்டிகளில் வர ஒரு இந்திய மனைவி. அங்கு ஏதாவது 'டேப்ளோ'க்கள் நடத்தினால் இந்தியாவைப் பிரதிபலிக்க இவனுக்கு மனைவி என்ற பெயரில் ஒரு அடிமை!

கஸ்தூரி தனிமையில் அழுதாள். தனக்குள் புழுங்கினாள். குமுறினாள். நான்கு வருடத்திற்கு ஒருமுறை இந்தியாவிற்கு ஆயிரக்கணக்காக டாலர்கள் செலவழித்து மனைவியை இந்தியா அனுப்பி விடுவான் மாதவன். அமெரிக்க மாப்பிள்ளை இல்லையா? அங்கெல்லாம் வேலை பார்ப்பவர்களுக்கு எத்தனை சலுகைகள், வசதிகள்! ஒரு மாத லீவு. போக வர விமானப் பயண டிக்கெட். வீட்டிலிருக்கும் ஒவ்வொருவருக்கும் பரிசுப் பொருட்கள். டேப் ரிக்கார்டர், வி.ஸி.ஆர்., புட்ப்ராஸஸர், அன்பிரேக்கபிள் டின்னர் செட், நான் ஸ்டிக் ஸாஸ் பேன் வகையறாக்கள், ரிஸ்ட் வாட்சஸ், குக்கூ பறவை, அலாரம் கொண்ட சுவர்க் கடிகாரம். இப்படி வரிசையாகப் பல பரிசுகள். அமெரிக்கன் ஜார்ஜெட்,



இழைக் கோலம் போடுகிறவர்களுக்கு: விரலில் மாவு படாமல் போட முடியுமா? மெல்லிய ஈர்க்குச்சியில் பஞ்சைத் திரித்து சுற்றிக் கொள்ளவும். மாவை இதில் தோய்த்துக் கோலமிடலாம். அழகாக வரும். ('ஜான்சன்' காதுக் குரும்பையை உபயோகிக்கலாமே!)

— ரோஜி.



ஏராளமான திருமணப் பத்திரிகைகள் உங்கள் விலாசமிட்டு வருவதை இனி எதிர்பார்க்கலாம். உங்கள் விலாசமிட்ட பகுதியை 'கட்' செய்து சேகரித்து உங்கள் கைப்பையில் வைத்திருந்தால் உங்கள் விலாசம் கேட்பவர்களுக்குக் கொடுக்கலாமே! எழுதிக் கஷ்டப் பட வேண்டாமே!

— ரோஜி.

நைலான், பூனம் ஸாரிஸ்.

இவள் பெட்டியைத் திறந்ததுமே ஆளுக்கு ஒன்றாக எடுத்துக் கொண்டு விடுவார்கள்.

''நான் ரொம்ப நாளா புட் ப்ராஸஸர் வேணும் வேணும்னு இவர்கிட்டே சொல்லிட்டே இருந்தேன். பாத்தீங்களா? கஸ்தூரி என் மனசு தெரிஞ்சு எனக்காக வாங்கிட்டு வந்திருக்கா?'' — இது பெரியவள் ஷியாமளா.

''கஸ்தூரி, எனக்குக் கறுப்புலே பூனம் ஸாரி வேணும்னு ஒரு தடவை உங்கிட்டே சொல்லி இருந்தேன். அதை ஞாபகம் வைச்சுட்டு வாங்கிட்டு வந்துட்டியே! ரொம்ப தாங்க்ஸ்'' — இது இளையவள் பிரேமா.

''ஹாய்... வாட் எ ப்ளசண்ட் சர்ப்பரைஸ். ப்ளாக்டயல் கோல்ட் ரிஸ்ட் வாட்ச் தான் வாங்கிட்டு வருவேன்னு நினைச்சேன். அதே மாதிரி வாங்கிட்டு வந்துட்டியே!'' — இது பெரிய அண்ணா ரங்கன்.

''எலெக்ட்ரிக் ஷேவர், வித் யுவர் பர்மிஷன். இதை நான் எடுத்துக்கறேன் கஸ்தூரி'' — இது இளையவன் ஸ்ரீவத்ஸன்.

கஸ்தூரி தன் தாயைப் பார்த்தாள்.

''ஏம்மா... நீ ஒண்ணும் எடுக்கலியா?''

''நீ வந்தியே. அதுவே போதும்மா'' — இருவரும் வாய் பேசாமல் மனத்துள் பேசிக் கொண்டனர்.

அதற்குப் பின் —

வி. ஸி. ஆரை எங்கே வைப்பது? எக்ஸ்டிரா பாயிண்ட் எங்கே போடுவது? முதலில் என்ன காஸெட் வாங்கி வருவது.. இப்படிப் பல சர்ச்சைகள்.

ஆளாளுக்கு பட்டிமன்றம் நடத்தினார் களை தவிர. 'அம்மா கஸ்தூரி, நீ எப்படி இருக்கிறாய்? உன்னை உன் கணவர் நன்றாக வைத்துக் கொண்டிருக்கிறாரா? உன் குடும்ப வாழ்க்கை எப்படி?' — என்று யாருமே கேட்கவில்லை!

ஏன்? ஓரளவு விவரம் தெரிந்த ரங்கன் கூட எதையும் கண்டுகொண்டதாகவே காட்டிக் கொள்ளவில்லை. அட்லீஸ்ட், மாப்பிள்ளையின் குடிப்பழக்கத்தை நிறுத்தி விட்டாயா? — என்றாவது கேட்டிருக்கலாம். அவன் கேட்கவில்லை. காரணம், அவன் உண்மைகளை தரிசிக்கப் பயந்தான். கேட்டால் பிரச்சினை வந்து விடுமோ? என்று கலங்கினான்.

கஸ்தூரி மௌனமானாள். பெயருக்கு ஏற்ற மாதிரி கஸ்தூரி மான் மாதிரி. மயிர் நீத்த கவரி மான் மாதிரி, உயிர் போனாலும் உண்மையைச் சொல்லக் கூடாது என்று சும்மா இருந்து விட்டாள்.

சகோதரர்களுடன், அண்ணிகளுடன் சினிமா போனாள். வெளியே போனாள். ஷாப்பிங் போனாள்.

''அமெரிக்காவிலே எல்லாம் விண்டோ ஷாப்பிங்தான். வெரி இன்ட்ரஸ்டிங்'' என்று சொன்னாள். பிட்ஸ்பர்க் வெங்கடாஜலபதி கோவில் பற்றிப் பேசினாள். டிஸ்னி லேண்டின் அழகு பற்றி வர்ணித்தாள். நாலு ட்ராக்குகளில் ஓடும் கார்கள், எப்படி தம் வேகத்தை ஒரே சீராக வைத்து விபத்து இல்லாமல் வீதியில் போகிறது என்பதையும், அங்கு ட்ராபிக் ரூல்கள் எத்தனை கடுமையாக அனுசரிக்கப்படுகின்றன என்பதையும் பற்றிக் கூறினாள்.

''அப்போ உனக்குக் கார் டிரைவிங் தெரியுமா கஸ்தூரி?''

ஆச்சர்யத்துடன் கேட்டாள் ஷியாமளா.

''ஆமாம் அண்ணி. டிரைவிங் தெரியாம அங்கே எல்லாம் இருக்க முடியாது தெரியுமா? நாலு ட்ராக் ரோட்டிலே ஒவ்வொண்ணுக்கும் ஒரு ஸ்பீட். மேப் பார்த்துத்தான் 'கார்' ஓட்டணும். தப்பா ஓட்டினா உடனே டாலர் டாலரா பைன் கட்டணும். அங்கே எல்லாம் காஸினோ இருக்கு.''

''காஸினோவா?''

''ஆமாம். நம்ம அதிர்ஷ்டத்தை பரிசோதிக்கலாம். பத்து டாலருக்கு பத்தாயிரம் டாலர் கூட பரிசு கிடைக்கும். பத்தாயிரம் டாலருக்கு ஒண்ணுமே கிடைக்காமலும் போகும். அந்தக் காசு மிஷின் காசு கொட்டக் கொட்ட அள்ள ரெண்டு கைகள் போதாது. ஒரிடத்திலே ப்ளாஸ்டிக் சாமான்களா பரிசு மழை கொட்டும்!''

ஷியாமளா பெருமூச்சு விட்டாள்!

''உம். பரிசு மழை.. நேத்திக்குப் பொறந்ததுக்கு எல்லாம் அமெரிக்கா, லண்டன்



என்னைப் பொறுத்தவரை இது புதுமையான விஷயம்தான். மிகச்சிறிய வில்லை வடிவில் உள்ள இதை பாதுகாப்பு தேவைப்படும் தருணத்தில் அந்தரங்கமாகவும் எளிதாகவும் உடலில் பொருத்திக் கொள்ளலாம். ஆற்றல் மிக்கது. அத்துடன் பக்க விளைவுகள் ஏதும் ஏற்படாது.

எத்தனை சாமர்த்தியமாக என் கணவர் இப்பிரச்சினைக்கு ஒரு முடிவு கண்டார் பார்த்தீர்களா! குறும்புக்காரர்! இனி எல்லாமே உன் கையில்தான் இருக்கிறதம்மா என்று கூறிவிட்டு, "ஆஹா, இப்பவே உன் முகம் மலர்ந்து விட்டதே என கிண்டலும் கேலியும் வேறு!

# இப்புதிய கர்ப்பத்தடை முறை முழுமையான புதுப்பிறவி கொடுத்துள்ளது பெண்மணிக்கு ... அதாவது எனக்கு.

எனக்கு ஒரு அந்தரங்க பிரச்சினை இருந்தது. ஒவ்வொரு முறையும் என் கணவரை ஆணுறை அணிய நினைவூட்டுவதற்கு சங்கோசமாக இருந்தது. அப்படியே கட்டாயப்படுத்தி அணியச் செய்தாலும், அவருக்கு அதில் விருப்பமில்லை எனும் உணர்வு என்னை உறுத்திக் கொண்டே இருந்தது.

தேவையற்ற கர்ப்பத்தையும் நாங்கள் விரும்பாததால், குற்ற உணர்ச்சியுடன் காலந் தள்ளும் நிலை எனக்கு. எல்லாமாக என்னுள் பெருங் குழப்பத்தை ஏற்படுத்தின. அனைத்திற்கும் மேல் நம்மால் ஏதும் சுயமாக பாதுகாப்பு செய்து கொள்ள முடியவில்லையே என்கிற ஆதங்கம் வேறு!

ஆனால் இதற்கெல்லாம் முற்றுப்புள்ளி வைத்ததுபோல் ஒரு நாள் என் கணவரே '**டுடே**' யை என்னிடம் கொடுத்தார். இதழில் குறுநகை தவழ நமட்டுச் சிரிப்புடன் அவர் கூறினார் — "வெளி நாட்டில் மிகப் பிரபலமாக உள்ள கருத்தடை முறை, இப்போது இந்தியாவிற்கும் வந்துவிட்டது" இனி ஒரு பிரச்சினையும் இல்லை.

அவர் சொன்னது பொய்க்கவில்லை. புதுப்பிறவி எடுத்த பெண்மையின் முழு உருவை அவர் கண்டு கொண்டு விட்டார் — அதாவது என்னை!

**டுடே** பெண்களின் அந்தரங்கக் கருத்தடை சாதனம்.

'டுடே' பற்றிய இலவச கைப்புத்தகம் பெற இம் முகவரிக்கு எழுதவும்: ப்ரீஸ் கெமிக்கல்ஸ் அண்ட் ஃபார்மஸ்யூட்டிகல்ஸ் இந்தியா லிமிடெட், ஸ்கை பேக் ஹவுஸ் அனெக்ஸ், மரோல், அந்தேரி (கிழக்கு), பம்பாய் 59




Avenues BT 167.90

# நீங்கள் மிகவும் விரும்பி அணிந்திடும்

# பட்டுச் சேலைகள்

# 20%

## தள்ளுபடியுடன் வாங்கிட வாரீர்!




- தில்லையாடி வள்ளியம்மை பட்டு மாளிகை,
  350, பாந்தியன் சாலை,
  எழும்பூர், சென்னை-8.
- பட்டு மாளிகை,
  57, தேரடி, சேலம்-1.
- பவளம்,
  147, நேத்தாஜி சாலை,
  ஈரோடு-1.
- தாமரை பட்டு மாளிகை,
  314, 315, ராஜா தெரு,
  கோயம்புத்தூர்-1.
- பட்டு மாளிகை,
  36, வெங்கலக்கடைத் தெரு,
  மதுரை.
- அமுதசுரபி,
  12, 14, தேரடி கடைத்தெரு,
  திருச்சி-2.
- பட்டு மாளிகை,
  59-59-ஏ, வடக்கு ரதவீதி,
  திருநெல்வேலி டவுன்-6.
- ரேஷம் தாரா,
  சபீனா பிளாசா, முதல் மாடி,
  84, 85, இன்பேன்டரி சாலை,
  பெங்களூர்.
- குஷ்பூ,
  16, 17, புது மார்கெட்,
  திலக் சாலை, அபைட்ஸ்,
  ஐதராபாத்-1.

பட்டு இரகங்கள் கோ-ஆப்டெக்ஸின் இதர விற்பனை நிலையங்களிலும் கிடைக்கும்.

**கோ-ஆப்டெக்ஸ்**

தமிழ்நாடு கைத்தறி

DIPR/1455/MS/90/ET

பறக்குது. நமக்கு இந்த விட்டையும், சமையல் அறையையும் விட்டா வேற வெளிநாடே கிடையாது! ஒரே பரிசு - மழைதான்! வியர்வை மழை! அடுப்படி நெருப்பிலே அவிஞ்சு போக வேண்டியதுதான்! இதை விட்டா இங்கே வேற என்ன இருக்கு?'' — தனக்குள் பொருமினாள் அவள்.

கஸ்தூரி அனைவரிடமும் விடைபெற்றாள். பம்பாய் வரை வந்த ரங்கன் மட்டும் தனியாகச் சந்தர்ப்பம் கிடைத்த போது கேட்டான்.

''ஏன் கஸ்தூரி, அம்மாவிடம் ஒண்ணும் சொல்லிடலியே!''

கஸ்தூரி அதிர்ந்து போய் அவனைப் பார்த்தாள்.

''உன் கணவன் எப்படி இருக்கிறான்? உனக்கு எங்கள் உதவி ஏதாவது தேவையா?'' — என்று கேட்கவில்லை அவன்.

அம்மாவிடம் சொல்ல வேண்டாம். எதையுமே சொல்ல வேண்டாம் என்று மறைமுகமாக எச்சரிக்கிறான். இவர்கள் பிரச்னைகளைப் பார்க்கவில்லை. இவள் பர்ஸைத்தான் பார்க்கிறார்கள்.

''எல்லாம் போகப் போக சரியாயிடும் கஸ்தூரி'' — என்றான் ரங்கன். இவளை எல்லோருமே 'போகப் போக' — என்று தான் விரட்டுகிறார்களோ?

அதற்குப் பின்...?

கஸ்தூரி பிள்ளை உண்டான சமாசாரம் தெரியவந்தது. அதைக் கூட மாதவன் எழுதவில்லை. கஸ்தூரியே எழுதி இருந்தாள். பெற்ற வயிறு பதறியது.

கஸ்தூரிக்கு உடம்பு எப்படி இருக்கிறதோ? மசக்கை அதிகம் செய்கிறதோ? அங்கெல்லாம் வேலைக்காரர்கள் கிடையாதாமே! கஸ்தூரியே வயிற்றுப் பிள்ளையுடன் அத்தனை வேலைகளைச் செய்வாளோ? ஜானகியம்மாள் சில சமயம் வெளிப்படையாகவே பொருமும் போது அனைவரும் ஆளுக்கு ஒன்றாகக் கூறுவார்கள்.

''அதெல்லாம் பாரின்மா. இங்கே மாதிரி எல்லாம் கசமுசா சமாசாரங்கள் கிடையாது. அட்வான்ஸ் மெடிசன். அடிக்கடி செக்அப். பாரின்லே உன் பேரன் பொறக்க கொடுத்து வைச்சிருக்கணும்.''

''ஆமாம்மா. இந்தியாவிலே குழந்தை பொறந்தா அப்புறம் பாரின் பிறப்புரிமை கிடையாது. அதனால குழந்தை அங்கே பொறந்தாத்தான் 'சிட்டிஸன் ஷிப்' கிடைக்கும். அவங்க அங்கே வாழ வேண்டியவங்க தானே?''

ஜானகியம்மாள் பொருமுவாள்.

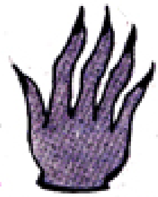
''என்னதான் பாரின் என்றாலும் கஸ்தூரி என் மகள் இல்லையா? அவளுக்கு பூண்டுக் குழம்பு பண்ணிப் போட வேண்டாமா? மருந்து ரசம் செய்து ஊற்ற வேண்டாமா? லேகியம் போட வேண்டாமா? குழந்தை பிறந்தவுடன் தேனில் தங்கத்தைத் தோய்த்து வாயில் எழுத வேண்டாமா? அப்போது தானே வாக்கில் இனிமை பிறக்கும்?''

''இப்படியெல்லாம் பைத்தியம் மாதிரி பேத்தாதே. யாராவது கேட்டா சிரிக்கப் போறாங்க. உன்னோட அத்தைப் பாட்டி லேகியத்தையும், பூண்டுக் குழம்பையும் ஆஸ்பத்திரிக்குள்ளேயே அனுமதிக்க மாட்டார்கள். தங்கத்தைத் தேனிலே குழைக்கிறதாவது? குழந்தையையே கண்ணிலே காட்ட மாட்டாங்க. பொறந்தவுடனே தாய் வேறே. குழந்தை வேறே. அந்த அந்த வேளையிலே நர்ஸ் எடுத்துட்டு வருவாங்க. 'பீட்' பண்ணினதும் தூக்கிட்டுப் போயிடுவாங்க. தேனுமாச்சு, தங்கமுமாச்சு!''

''ஆமாம்மா. இப்பல்லாம் தண்ணிருக்குள்ளேயே பிரசவம் பாக்கறாங்களாம். பொறந்த குழந்தை தண்ணிருக்குள்ளே நீச்சலடிக்கிறது. அதுக்கு 'எக்ஸர்சைஸ்' வேற. இங்கேதான் குழந்தையை அப்படித் தூக்கு. இப்படித்தூக்கு, கழுத்து சுளுக்கிக்கப் போகுது. வயித்துலே 'ஓரம்' விழப் போகுதுன்னு ஆயிரத்தெட்டு சமாசாரங்கள். கடைசியிலே இந்தியக் குழந்தைகள்தான் நோஞ்சானா வளருது.''

ஆளாளுக்கு ஒவ்வொன்று சொல்லி ஜானகியம்மாளின் வாயை அடைத்துவிட்டார்கள்.

'தன்னால் இப்போது வர இயலாது' —



பெரும்பாலான பெண்கள் கட்டை விரல் நகங்களைக் கூர்மையாக வளர்க்கிறார்கள். இந்நகத்தினால், இழைக் கோலமிடவும் முடியும்! ஆம்! பஞ்சை எடுத்து மிருதுவாக நகத்தைச் சுற்றி மூடுங்கள். இழைக் கோலமாவில் தோய்த்து இடுங்கள். (நேரம் எடுக்கும்) ஆனால் மெல்லிய ஊசியினால் போட்ட மாதிரி வரும்! கவலைவேண்டாம். இழைக்கோலமாவுப் போட்டியில் முதல் பரிசு உங்களுடையது.

— ரோஜி.

என்று கஸ்தூரி எழுதி இருந்தாள். இங்கிருந்தும் யாரும் போக முடியவில்லை. சும்மாவா? சுண்டைக்காமுத்தூரா என்ன? அமெரிக்கப் பயணம்? ஆயிரக்கணக்காகப் பணம் செலவழியுமே!

ஜானகியம்மாள் ஒவ்வொரு வினாடியும் தன் மகளின் நல்வாழ்வுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்தபடி, பிரசவம் நல்லபடியாக நடந்து முடிய வேண்டுமே என்று வேண்டியபடி செய்திக்காகக் காத்திருந்தாள்.

செய்தி வந்தது. ஒரு ஃபாரின் கார்ட்.

பிறந்த குழந்தையே நான் இன்று பிறந்தேன், என் தகப்பனார் பெயர் மாதவன், தாயார் பெயர் கஸ்தூரி — என்று சொல்வது போல் அமைந்த பிரத்தியேகக் கார்ட்!

தேதியைப் பார்த்த போது குழந்தை பிறந்து ஒரு மாதம் ஆன தகவல் தெரிந்தது!

குழந்தை பிறந்த சந்தோஷத்தைத் தெரிவிக்க ஒரு 'கேபிள்' இல்லை. ஒரு 'போன்' தகவல் இல்லை. சாவகாசமாகக் கார்ட் வருகிறது. அதுவும் யாரோ நண்பர்களுக்கு அறிவிப்பது போல் ஒரு கார்ட்! கஸ்தூரியால் எழுத முடிந்திருந்தால் அன்றே எழுதி இருப்பாள். அவள்தான் ஆஸ்பத்திரியில் இருக்கிறாளே!

அவள் வீடு வந்து எல்லாவற்றையும் சரி செய்து விட்டு நிதானமாகக் கடிதம் எழுதிப் போட்ட போது...?

இன்னொரு மாதம் ஆகி விட்டிருந்தது.

அந்தக் கடிதத்தைப் படித்த போதுதான் ஜானகி அம்மாவிற்கு முதன் முதலாகக் கொஞ்சம் சந்தேகம் வந்தது!

ஜானகி அம்மாள் தன் பழைய நினைவுகளிலிருந்து மீண்டாள். தன் பெட்டியைக் குடைந்து அந்தப் பழையக் கடிதத்தை எடுத்தாள். பழைய கடிதம்... பழைய விலாசம்..

இப்போது எல்லாமே விலாசம் மாறி விட்டிருந்தது. கண்ணாடியைக் கழட்டி கண்ணீரைத் துடைத்தபடி ஜானகியம்மாள் அந்தக் கடிதத்தைப் படித்தாள்.

## அத்தியாயம் 3

அன்புள்ள அம்மா,

இப்போது புது வீடு மாற்றி இருப்பதாக எழுதி இருந்தான். அந்த விலாசத்திற்கு இந்தக் கடிதம் எழுதுகிறேன். அப்பா இறந்த பிறகு வீட்டின் நிலைமையே மாறி விட்டது என்று எழுதி இருந்தாய். எப்படியோ வீட்டை விற்று என் கல்யாணக் கடனை அடைத்து விட்டாய். பிள்ளைகளுக்கும் ஆளாளுக்குத் தர வேண்டியதைத் தந்து விட்டாய். புது ப்ளாட் எப்படி இருக்கிறது? பெரிய அண்ணன், சின்ன அண்ணன் இருவரும் ஒன்றாகத்தான் இருக்கிறார்களா? என்னால்தான் நிறைமாதமாக இருந்ததால் அப்பாவைக் கடைசியாகக் கூட பார்க்க வர முடியவில்லை!

உன் பேரன் சுபாஷ் இப்போது முகம்



பார்த்துச் சிரிக்கிறான். அப்பாதான் வந்து பிறந்திருப்பதாக நினைக்கிறேன். அப்படியே அச்சு அப்பாதான்! நீ பார்த்தால் சந்தோஷப்படுவாய்.

என்னதான் அமெரிக்கா என்றாலும் பிரசவம் ரொம்ப கஷ்டமாகப் போய் விட்டது! எதற்கும் இருக்கட்டும் என்று நான் பிரசவ வலி ஆரம்பிப்பதற்கு முன் 'ப்ரீசரில்' மிளகுக் குழம்பு, பூண்டு ரசம் பண்ணி வைத்து விட்டுப் போயிருந்தேன். (உன் ஆலோசனைப்படிதான்!)

வலி எடுத்தவுடன் நானே காரை ஓட்டிக் கொண்டு போய் என்னை ஆஸ்பத்திரியில் 'அட்மிட்' செய்து கொண்டேன். எங்கள் அபார்ட்மெண்ட் டேபிளில் இவருக்கு விவரம் எழுதி வைத்திருந்தேன்.

அம்மா.. நான் பட்ட அவஸ்தை! வலி தெரியாமல் இருக்க ஊசி போடட்டுமா? என்றார்கள். நான் மறுத்து விட்டேன். எனக்கென்னமோ அம்மா, நீ அருகில் இல்லாததால் ஏற்பட்ட கோபமோ, விரக்தியோ தெரியவில்லை. ''அம்மா அம்மா'' என்று வாய் விட்டு அரற்ற வேண்டும்போல் தோன்றியது. தனிமையில் நான் ஓசைப் படாமல் வடிக்கிற கண்ணீர் யாருக்குமே தெரியாது. அதனால் இரைந்து அழ ஆசைப் பட்டேன்.



ஆஸ்பத்திரியில் அனாதையாகக் கிடந்த அந்த நேரம், ஆயிரமாயிரம் வசதிகள் இருந்தாலும் அன்புள்ளவர்கள் அருகில் இல்லையே என்கிற ஏக்கம், பிறந்த பிஞ்சு மழலையின் முகத்தைப் பார்க்கும்போதெல்லாம் தோன்றுகிற அப்பாவின் நினைவு, நான் அழுது தீர்த்து ஆஸ்பத்திரி விட்டு வெளியேறிய போது பதினைந்து நாட்களுக்கும் மேலாகி விட்டது.

இவர் ஊரிலிருந்து வந்து நாலைந்து நாட்கள் ஆகியும் அவருக்கு என்னைப் பார்க்க வர நேரமில்லை. அத்தனை பிஸி. நல்லவேளை, ஆஸ்பத்திரி 'பில்' செட்டில் பண்ணினார். இல்லாவிட்டால் கூட அதையெல்லாம் கம்ப்யூட்டரே பார்த்துக் கொண்டு நம் கணக்கில் கழித்து விடும்!

''அதைவிடு...இப்போதுதான் வீடுவீடாக இருக்கிறது. பூண்டுக் குழம்பையும் ரசத்தையும் தூரக் கொட்டினேன். கெட்டுப் போகாது என்றாலும் ஒரு மாதமாகி விட்டதே! புதிதாகச் சமைக்க என் உடம்பில் புதுத் தெம்பு வந்திருக்கிறதே!

இந்த வருடம் ஏகப்பட்ட செலவு. இந்தியா அனுப்ப முடியாது என்கிறார். பார்க்கலாம்.

உன் பேரன் பெயர் சுபாஷ் என்று வைத்திருக்கிறேன். இங்கு அமெரிக்கர்கள் அந்தப் பெயரைச் சொல்லச் சிரமப்படுகிறார்கள். சுபாஷ் பெரியவனாகிப் 'பாட்டி' என்று கூப்பிடும் போதாவது உன்னைப் பார்க்க வர முடிகிறதா, பார்க்கலாம்!

அன்புடன்,
கஸ்தூரி.

இந்தக்கடிதம்வந்தபோதுதான் ஜானகி அம்மாள் ஆடிப் போய்விட்டாள். இந்தக் கடிதத்திற்குள் சோகம் எங்கோ ஒளிந்திருப்பது தெரிந்தது. கஸ்தூரி தன்னையுமறியாமல் வெளிப்படுத்திக் கொண்ட சில இடங்களைப் பெற்ற மனம் கண்டு கொண்டது.

'தனிமையில் நான் ஓசைப்படாமல் வடிக்கிற கண்ணீர்' — என்ன அர்த்தம்? தனிமையில் கஸ்தூரி ஏன் அழ வேண்டும்?

'இவர் ஊரிலிருந்து வந்து நாலைந்து நாட்கள் ஆகியும் என்னைப் பார்க்க வர நேரமில்லை. அத்தனை பிஸி? — அப்படி ஒரு கணவன் இருப்பானா? தான் பெற்ற குழந்தையைப் பார்க்கிற துடிப்புக் கூட இல்லாமல் இருக்குமா, ஒரு தகப்பனுக்கு?

ஜானகி உடனே ஏரோகிராம் லெட்டர்

வாங்கி ஒவ்வொரு வரியையும் யோசித்து யோசித்து எழுதினாள். உடனே பதில் போடச் சொல்லிக் கடிதம் போட்டாள். கஸ்தூரியிடமிருந்து தகவலே இல்லை. பதிலே இல்லை.

பிள்ளைகளிடம் கெஞ்சிக் கூத்தாடி 'போன்' பண்ண ஏற்பாடு செய்த போது —

ஆளாளுக்குக் கத்தினார்கள்.

"அவ சௌக்யமா இருக்கா. நீ ஏன் வேண்டாததைக் கற்பனை பண்ணிக்கிறே? அப்படி ஏதாவது இருந்தா என் ஆபீஸுக்குப் போன் பண்ண மாட்டாளா என்ன?"

"ஆமாம்மா... சும்மா சும்மா இந்தியா வர்றது சுலபமா என்ன? அதான் இப்ப வேண்டாம்னு மாப்பிள்ளை சொல்லி இருக்கார். இதுக்கு ஏன் புதுசா வியாக்யானம் பண்றே."

"அவளுக்கு எத்தனையோ வேலை இருக்கும். குழந்தை வேற. லெட்டர் போட நேரமிருக்காது. இதைப் போய்ப் பெரிசு பண்ணாதே."

கடைசியில் கிட்டத்தட்ட நாலைந்து மாதப் போராட்டங்களுக்குப் பிறகு அருகில் 'போன்' இருக்கும் ஒரு வீட்டிற்குக் குடும்பமே போய், 'ஓவர்சீஸ் கால்,' 'புக்' பண்ணிவிட்டுக் காத்திருந்தது.

"ஆளாளுக்குக் கஸ்தூரிகிட்டே அரை மணி நேரம் பேசாதீங்க. சட்டுபுட்டுன்னு விவரம் பேசினோமா, போனை வைச்சோமான்னு இருக்கணும், என்ன?"

"ஆமாம். ஆயிரக்கணக்கா ரூபாய் செலவாகும். 'க்விக்கா' பேசி முடிக்கணும். என்ன?"

"இப்போ அமெரிக்காவிலே ராத்திரியா, பகலா? ராத்திரியா இருந்தா ஒருவேளை தூங்கிட்டு இருந்தான்னா என்ன பண்றது?"

"போன் அடிச்சா காது கேட்கும். எழுந்து வந்து பேசுவா. நீ பேசாம இரு!"

ஜானகி அம்மாள் இந்தக் கூட்டத்தை வெறிக்கப் பார்த்தபடி அமர்ந்திருந்தாள். ஒரு தாயின் உள்ளம் யாருக்குமே புரியவில்லை! எல்லோரும் பணத்தைப் பற்றியே பேசுகிறார்கள். தன் மூத்த மகனையும், இளையவனையும் பார்த்தாள் ஜானகி அம்மாள்.

கஸ்தூரி பாப்பாவிற்குப் பள்ளியில் சாக்லேட் கேட்டு வாங்கி வந்த மூத்தவன், தன் தங்கைப் பாப்பாவுக்குத் தன் பிஸ்கட்டில் பங்கு தந்த இளையவன் — இன்று எல்லோரும் ஏனிப்படி மாறிப் போனார்கள்?. ஒருவேளை அவர்களின் அன்பிலே பங்கு கேட்க ஒரு குடும்பம் கூடவே இருப்பதாலா?

இவள்தான் பைத்தியம். எல்லாப் பங்கையும் 'பறி'கொடுத்துவிட்டு, தன் 'பங்கு'க்குக் கணவனையும் 'காவு' கொடுத்துவிட்டு இப்போது காத்திருக்கிறாள்.

'போன்' கூப்பிட்டது.

பெரியவன்தான் ரிஸீவரை எடுத்தான். இரைந்து கத்தினான்.

"யெஸ். நான்தான் மாப்பிள்ளை ரங்கன்... என்ன யாரா? அதான் கஸ்தூரியோட அண்ணா ரங்கன். உங்க மைத்துனன். குழந்தை எப்படி இருக்கு? கஸ்தூரி எப்படி இருக்கா? என்ன? எல்லோரும் சௌக்கியமா? கஸ்தூரிகிட்டே இருந்து ஏன் லெட்டரே வரலைன்னு அம்மா... இருங்க... இருங்க... மாப்பிள்ளை..., அம்மாவே பேச ஆசைப்படறா. கஸ்தூரியைக் கொஞ்சம் கூப்பிடறீங்களா? என்ன... என்ன... கஸ்தூரி வீட்டிலே இல்லையா? ஏன்... ஏன்...? வே... வேலைக்குப் போறாளா...? ஏன்...? குழந்தையை விட்டுட்டு...?"

தவிதவிக்கும் இதயத்துடன் ஜானகி அம்மாள் ஓரளவு விஷயங்களை யூகித்தபடி ரிஸீவரை வாங்கிய போது —

"மாப்பிள்ளை 'டிஸ்கனெக்ட்' பண்ணிட்டார்மா" — என்றான் ரங்கன்.

ஜானகி அம்மாள் விக்கித்துப் போனாள்.

அகௌண்ட் செக்ஷனில் கேட்டு டெலிபோன் பில் எவ்வளவு என்று விசாரித்து கிட்டத்தட்ட ஆயிரம் ரூபாய் கொடுத்தான் ரங்கன்.

"தண்டம். ஆயிரம் ரூபாய் தண்டம்" — என்று புலம்பியபடியே வீட்டிற்கு வந்தான்.

படுபாவி... கஸ்தூரி வாழ்க்கையே அங்கே தண்டமாகிக் கொண்டிருக்கிறதே? நான் சந்தேகப்பட்டது சரியாகி விட்டதே. கஸ்தூரிக்கு ஏதோ ஆபத்து. ஏதோ சிக்கல். இல்லையென்றால் இப்படி கடிதம் போடாமல் இருக்க மாட்டாள். இல்லையென்றால்

---

இட்டிலிக்குப் புழுங்கலரிசி ரவையை உபயோகிக்கும் போது மறுநாள் தோசை வார்ப்பது கஷ்டம். ஆகையால் மாவில் நெய் ஒரு கரண்டி காய்ச்சி விட்டு, கொஞ்சம் மிளகை ஒன்றிரண்டாக உடைத்துப் போட்டுக் கறிவேப்பிலைச் சேர்த்துப் பாத்திரத்தில் அல்லது சிறிய கிண்ணங்களில் எண்ணெய் தடவி அதிலே மாவை ஊற்றிக் குக்கரில் காஞ்சிபுரம் இட்டிலிகளாகச் செய்யுங்களேன். சுவையாகவும் இருக்கும்.

— இந்திரா.

இப்படி வேலைக்குப் போக ஆரம்பித்திருக்க மாட்டாள். இல்லையென்றால் இப்படி மாப்பிள்ளை எரிந்து விழுந்திருக்க மாட்டார்!

பேச வேண்டும். கஸ்தூரியிடம் பேச வேண்டும். நான் மட்டும். நான் மட்டும்...

இனி இந்த உதவாக்கரை பிள்ளைகளை நம்பிப் பயன் இல்லை. ஜானகி அம்மாள் தீர்மானித்தாள்.

கணவன் இறந்த பிறகு கழட்டி வைத்த தாலிக் கொடியும், கை வளையலும் மூத்தவனிடம் தந்து 'பேங்கில், லாக்கரில்' வைக்கச் சொல்லி இருந்தாள். இரண்டும் சேர்ந்து கிட்டத்தட்ட பத்து பவுன் தேறும். இன்று பவுன் விற்கும் விலையில் கிட்டத்தட்ட முப்பதாயிரம் ரூபாய் கிடைக்கும். தான் இறந்த பிறகு குடும்ப மெம்பர்களுக்கு பேரன், பேத்தி உள்பட ஆளாளுக்கு ஒரு பவுன் எடுத்துக் கொள்ளச் சொல்லி இருந்தாள். இப்போது இறப்பை விட, உயிர் வாழ்தல் அவசியம்! கஸ்தூரியின் வாழ்வுக்காகவாவது இவள் சாகாமல் இருக்க வேண்டும். அந்தப் பத்துப் பவுனை பெற்று விற்று உடனே உடனே அமெரிக்காவிற்கு டிக்கெட் வாங்கிக் கொண்டு கிளம்ப வேண்டும். அதற்கு முன் ஒரு 'போன்.. பண்ண வேண்டும்!

பெரியவனிடம் விவரம் சொன்ன போது அவன் திகைத்தான்.

''இப்போ எதுக்கு அந்த நகையிலே கை வைக்கறே? அதையும் அழிச்சுடறதா தீர்மானம் பண்ணிட்டியா?''

''ஏன்டா. ஒருத்தியோட வாழ்வே அங்கே அழிஞ்சுட்டு இருக்கு. நகைகளைப் பத்திப் பேச உனக்கு வெட்கமா இல்லை?''

''நீதானே அந்த நகை எங்களுக்குன்னு சொன்னே? ஆளுக்கு ஒரு பவுன் எடுத்துக்கச் சொன்னே?''

''ஆமாம் சொன்னேன். அது நான் செத்தப்புறமா. இப்போ எனக்கு அது வேணும்.''

''உனக்கு எதுக்கு நகை? அதான் வேளா வேளைக்குச் சோறு சாப்பிடறே. வருஷத்துக்கு துணிமணி எடுத்துத் தர்றோம். அப்புறம் உனக்கென்ன தனிச் செலவு?''

ஜானகி அம்மாள் அதிர்ந்து போனாள்.

இவன் சோறு போடுகிறானாமே சோறு. இவள் கணவர் இறப்பதற்கு முன் தன் மனைவியின் பெயருக்கு வைத்து விட்டுப் போன பணத்தின் வட்டியில் சாப்பாடு போடுகிறான். வெட்கமில்லாமல் இதைச் சொல்லிக் காட்டுகிறானே!

ஜானகிக்குக் கோபம் வந்தது.

''ரங்கா.. அனாவசியமா பேசாதே. எனக்கு இப்போ அந்த நகை வேணும். என் பணத்திலே இருந்து பத்தாயிரம் ரூபாயும் வேணும். ஒரு போன்கால் பண்ண. கஸ்தூரிக்கு ஏதாவது செய்ய! ஒவ்வொரு தடவையும் உங்கிட்டே கையேந்தி நிக்க முடியாது.''

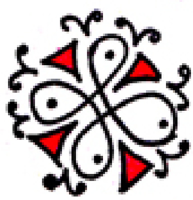
வந்த கோபத்தில் 'படபட'வென்று பேசி விட்டாள் ஜானகி. மெல்ல மெல்ல ரங்கனும், ஸ்ரீவத்ஸனும் தயங்கித் தயங்கி அந்தச் செய்தியைச் சொன்னார்கள்.

எல்லோரும் இருப்பதற்குப் பெரிய வீடு தேவை என்பதற்காக 'த்ரீ பெட்ரூம் ப்ளாட்' வாங்கினார்களாம். கையில் பணம் போதவில்லையாம். அண்ணனும், தம்பியும் சேர்ந்துதான் வாங்கி இருக்கிறார்கள். போதாக்குறைக்கு எப்படியும் அம்மா நமக்குத்தானே அந்தப் பத்துப் பவுன் நகையைத் தருவதாகச் சொல்லி இருக்கிறாள் என்று அதை விற்று விட்டார்களாம். அது மட்டுமல்ல. இவள் பெயருக்கும், மூத்தவன் பெயருக்குமாகப் போட்டிருந்த ஜாயிண்ட் அக்கௌண்டிலிருந்து இவளிடம் சொல்லாமலே பணம் எடுத்து...

ஜானகி அதிர்ந்து போய் விட்டாள்.

''இத்தனையும் ரெண்டு பேரும் கூட்டா பண்ணி இருக்கீங்களே. எங்கிட்டே ஒரு வார்த்தைச் சொல்ல வேண்டாமா?'' — ஜானகி விம்மியபடி கேட்டாள்.

''இப்போ என்ன ஆய்ப் போச்சுன்னு இப்படி அழுது அட்டகாசம் பண்றே?''

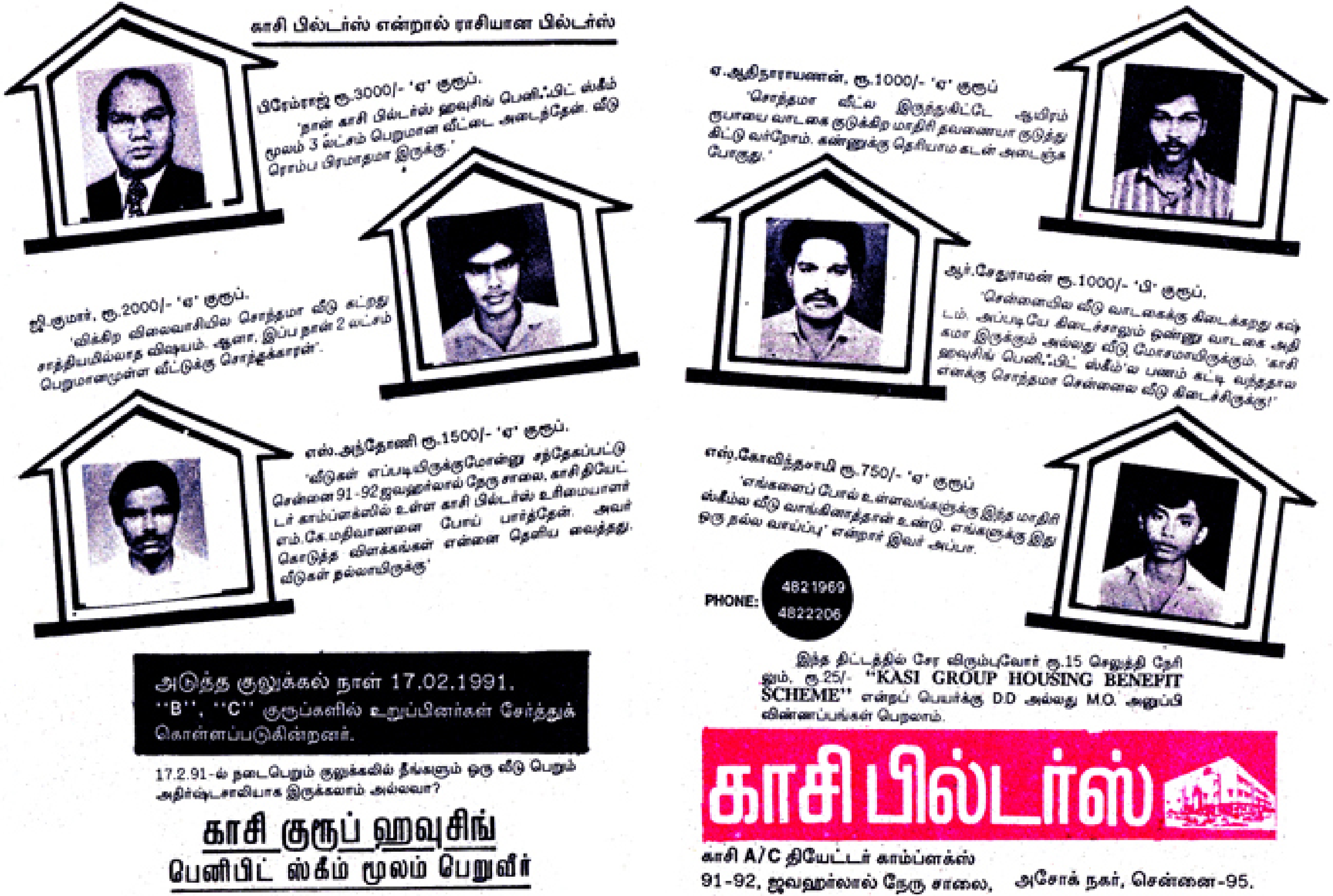


தை முதல் ஆண்டு முழுதும் வரும் பண்டிகைகளில் கோலம் முதலிடம் பெறும். கோலப் போட்டியில் முதல் இடம் பெற வேண்டுமா, நீங்கள்?

ரங்கோலி போடுகிறவர்களுக்குச் சுலபமான எளிய முறை!

உலகிலேயே விலை மலிவான பண்டம் உப்பு! (கல் உப்பு) இதில் வண்ணப் பொடிகளைக் கலந்து கோலத்தின் மீது பரத்தி வைத்தல் மிகவும் எளிய அழகிய முறை. கசிவு இருப்பதால் கலர்ப் பொடிகள் நன்கு ஒட்டிக் கொள்கின்றன! (ரங்கோலிப் போட்டியில் சமீபத்தில் வெற்றி பெற்ற முறை இது!)

— ரோஜி.


காசி பில்டர்ஸ் என்றால் ராசியான பில்டர்ஸ்
பிரேம்ராஜ் ரூ.3000/- 'ஏ' குரூப்.
'நான் காசி பில்டர்ஸ் ஹவுசிங் பெனிஃபிட் ஸ்கீம் மூலம் 3 லட்சம் பெறுமான வீட்டை அடைந்தேன். வீடு ரொம்ப பிரமாதமா இருக்கு.'
ஜி.குமார், ரூ.2000/- 'ஏ' குரூப்.
'விக்கிற விலைவாசியில சொந்தமா வீடு கட்றது சாத்தியமில்லாத விஷயம். ஆனா, இப்ப நான் 2 லட்சம் பெறுமானமுள்ள வீட்டுக்கு சொந்தக்காரன்'.
எஸ்.அந்தோணி ரூ.1500/- 'ஏ' குரூப்.
எம்.கே.மதிவாணனை போய் பார்த்தேன். அவர் கொடுத்த விளக்கங்கள் என்னை தெளிய வைத்தது.
ஏ.ஆதிநாராயணன், ரூ.1000/- 'ஏ' குரூப்
'சொந்தமா வீட்ல இருந்துகிட்டே ஆயிரம் ரூபாயை வாடகை குடுக்கிற மாதிரி தவணையா குடுத்து கிட்டு வர்றோம். கண்ணுக்கு தெரியாம கடன் அடைஞ்சு போகுது.'
ஆர்.சேதுராமன் ரூ.1000/- 'பி' குரூப்.
'சென்னையில வீடு வாடகைக்கு கிடைக்கறது கஷ்டம். அப்படியே கிடைச்சாலும் ஒண்ணு வாடகை அதிகமா இருக்கும் அல்லது வீடு மோசமாயிருக்கும். 'காசி ஹவுசிங் பெனிஃபிட் ஸ்கீம்'ல பணம் கட்டி வந்ததால எனக்கு சொந்தமா சென்னையில வீடு கிடைச்சிருக்கு!'
எஸ்.கோவிந்தசாமி ரூ.750/- 'ஏ' குரூப்
'எங்களைப் போல் உள்ளவங்களுக்கு இந்த மாதிரி ஸ்கீம்ல வீடு வாங்கினாத்தான் உண்டு. எங்களுக்கு இது ஒரு நல்ல வாய்ப்பு' என்றார் இவர் அப்பா.
PHONE: 4821969 4822206
அடுத்த குலுக்கல் நாள் 17.02.1991.
"B", "C" குரூப்களில் உறுப்பினர்கள் சேர்த்துக் கொள்ளப்படுகின்றனர்.
17.2.91-ல் நடைபெறும் குலுக்கலில் நீங்களும் ஒரு வீடு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலியாக இருக்கலாம் அல்லவா?
காசி குரூப் ஹவுசிங்
பெனிபிட் ஸ்கீம் மூலம் பெறுவீர்
இந்த திட்டத்தில் சேர விரும்புவோர் ரூ.15 செலுத்தி நேரிலும், ரூ.25/- "KASI GROUP HOUSING BENEFIT SCHEME" என்றப் பெயர்க்கு D.D அல்லது M.O. அனுப்பி விண்ணப்பங்கள் பெறலாம்.
காசி பில்டர்ஸ்
காசி A/C தியேட்டர் காம்ப்ளக்ஸ்
91-92, ஜவஹர்லால் நேரு சாலை, அசோக் நகர், சென்னை-95.

உனக்குச் சோறு போட மாட்டேன்னு சொன்னோமா? உன்னை வீட்டை விட்டுத் துரத்திட்டோமா? கடைசி வரை உன்னைக் காப்பாத்தறது எங்க பொறுப்புன்னுதானே நாங்க அதை ஏத்துட்டு இருக்கோம். அப்புறம் அதுலே உன் பணம் என்ன, என் பணம் என்ன? எல்லாம் ஒண்ணுதான்...''

எல்லாம் ஒண்ணாமே! அப்படி எல்லாம் ஒன்றாக இருந்தால் கஸ்தூரிக்குக் கல்யாணம் பண்ணுவது கூட ஒன்றாகத்தான் இருந்திருக்க வேண்டும்! அப்போது சொத்தை விற்று பாகம் பிரித்து, அவள் பங்கு பணத்தில் அவள் கல்யாணத்தை முடிக்கச் சொன்னவர்கள், இப்போது எல்லாம் ஒன்றென்று புதுக் கதை பேசுகிறார்களே!

ஜானகியால் பேச முடியவில்லை. வார்த்தைக்குப் பதில் அழுகைதான் வந்தது. இத்தனை நாள் பணம் இருக்கிறது என்கிற நினைப்பில் பிள்ளைகளிடம் எது கேட்டாலும் தைரியமாகக் கேட்டவள், இப்போது கூனிக் குறுகி பிச்சை எடுப்பது போல் கேட்க வேண்டிய நிலை.

இந்தப் பேரிடியிலிருந்து மீளவே அவளுக்குச் சில மாதங்கள் ஆகி விட்டன. கஸ்தூரியிடமிருந்து ஒரு தகவலும் இல்லை. கடைசியில் தன் காதில் போட்டிருந்த தங்கத் தோட்டை விற்று கஸ்தூரிக்குப் 'போன்' பேசினாள். யாருக்கும் தெரியாமல் பேசினாள்.

சனி, ஞாயிறு லீவு என்பது தெரிந்து, ஒரு சனிக்கிழமை 'போன்' செய்த போது கஸ்தூரி போனில் கிடைத்தாள்.

ஜானகியின் குரல் கேட்டு அழுதாள். விம்மினாள். இந்த அழுகையில் நேரம் கரைந்து கொண்டிருந்தது. ஜானகி தவியாய்த் தவித்தாள். இனி விற்பதற்கோ, 'போன்' செய்வதற்கோ இவளிடம் ஏதுமில்லை. விபரமாவது தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்கிற பரபரப்பில் ஜானகி இடைமறித்துப் பேசினாள்.

''கஸ்தூரி, அழாதேம்மா. போன்லே சொல்ல முடியாத பல சமாசாரங்கள் இங்கே நடந்திருக்கு. அதெல்லாம் உனக்கு வேண்டாம். நீ எப்படி இருக்கே? அதைச் சொல்லு. உன்...''

கஸ்தூரி இடைமறித்துப் பேசினாள்.

''அம்மா. நல்லவேளை இன்னிக்குப் பேசினே. அடுத்த வாரம் நான் வேற இடம் போறேன். உனக்கு விவரமா லெட்டர் போடறேன்.''

''வேற இடம்னா. உன் வீட்டுக்காரருக்கு மாற்றல் ஏதாவது வந்திருக்கா?''

கஸ்தூரி சிரிப்பது கேட்டது. ''மாற்றல் அவருக்கு இல்லை. எனக்கு! நானும், சுபாஷும் மட்டும்தான் வேற இடம் போறோம். இதுக்கு மேலே கேட்காதே. உனக்கு விவரமாக லெட்டர் போடறேன்.''

'போன்' தொடர்பு துண்டிக்கப்பட்டு விட்டது. அதன்பின் தான் கஸ்தூரி ஆரம்பத்திலிருந்து தன் கதை முழுவதையும், தன் தாய்க்குத் தெரியாத தனது திருமண வாழ்வு பற்றிய கதை முழுவதையும், திருமணத்தை ரிஜிஸ்தர் செய்யப் போன போது ஏற்பட்ட முதல் அனுபவம் முதல் இப்போது வரையுள்ள அத்தனை சமாசாரங்களையும் விவரமாக எழுதி இருந்தாள். எனக்குப் பொறுக்க முடியவில்லை என்றால் உன்னைப் பார்க்க உடனே ஓடோடி வருவேன். எனக்காகக் காத்திருப்பாய் அல்லவா? — என்று கேள்வி கேட்டு எழுதி இருந்தாள்.

இதோ... இதோ இப்போது கடைசி கடிதம்.

'இதற்குப் பதில் வரவில்லை என்றால் இனி எழுத மாட்டேன்' — என்கிற பின்னுரையோடு வருகிற கடிதம்.

ஜானகி அம்மாள் நினைவுகளுடன், கண்ணீரையும் சேர்த்துத் துடைத்துக் கொண்டாள். முன்பெல்லாம் கஸ்தூரியிடமிருந்து கடிதம் என்றால் அனைவரும் ஆளாளுக்குப் பாய்ந்தபடி வருவார்கள்.

''கஸ்தூரியா? இந்தியா வராளா? எப்போ? வரும் போது சேனல் சென்ட் வாங்கிட்டு வரச் சொல்லணும்'' — என்று ஆளாளுக்கு 'லிஸ்ட்' போட்டபடி, ஓடி வருவார்கள்.

இன்று...?

'கஸ்தூரியிடமிருந்து கடிதம் வந்திருக்

## தேன் குழல் பணியாரம்

தேவையான பொருட்கள்:
அரிசி மாவு — 5 கப்
உளுந்து மாவு — 1 கப்
(மில்லில் இதே அளவில் அரிசி கொடுத்து அரைக்கவும்).
கொப்பரைத் தேங்காய் — 1 கப்
நிலக்கடலை — 1 கப்
ஏலக்காய்த்தூள்
பொறிக்க எண்ணெய்
வெல்லம் திட்டமாக

இருமாவையும் கலந்து தேன்குழல் அச்சில் பிழியவும். நொறுக்கவும். வறுத்த நிலக்கடலை (தோல் நீக்கவும்) ஏலக்காய் போடவும்.

வெல்லப்பாகு (சுத்தம் செய்து) கெட்டியான பிறகு நொறுக்கிய தேன் குழலில் விட்டு உருண்டை பிடிக்கவும். வாய்க்கு 'சிக்' எனவும் மனத்துக்குக் 'கன' மாகவும் உள்ள சிக்கன பட்சணம்.

கிறது' — என்று இவள் இரைந்து அறிவிப்புச் செய்தும் கூட யாரும் எட்டிப் பார்க்க வில்லை. ஜானகி கண்ணீருடன் அமர்ந் திருந்தாள்.

## அத்தியாயம் 4

"என்னம்மா... உனக்குப் பைத்தியம் பிடிச்சிருக்கா? அவதான் சின்னப் பொண்ணு. ஏதோ தெரியாம எழுத நான்னா அதை நீயும் சரின்னா எப்படி? குடும்பம்னா முன்னே பின்னேதான் இருக் கும். அட்ஜஸ்ட் செய்துட்டுதான் வாழணும். அதை விட்டுட்டு உடனே இங்கே ஓடி வருவேன்னா என்ன அர்த்தம்?'' — பெரிய வன் இரைந்தான்.

''அதானே? இப்போ நாங்கள்ளாம் இங்கே இல்லையா? என்ன பெரிய வசதி இருக்குன்னு விட்டுக்குள்ளேயே அடங்கிக் கிடக்கோம்? குடும்ப கௌரவம், குடும்ப மானம், நம்ம பொறந்தவூட்டுப் பேரைக் காப்பாத்தணும். இதுக்காகத்தானே?'அதை விட்டுட்டு எடுத்ததுக்கெல்லாம் 'டைவர் ஸானா' என்ன அர்த்தம்?'' — சியாமளா ஒத்துப் பாடினாள்.

''இதோ பார் சியாமளா, கஸ்தூரியையும், உன்னையும் ஒரே நிலையிலே வைச்சுப் பேசாதே. என் புள்ளை உன்னை அடிக் கறானா, ஒதைக்கறானா? கஸ்தூரி உனக் காக எத்தனை வாங்கிட்டு வந்திருக்கா?'' — ஜானகி பொங்கினாள்.

''நல்லா இருக்கே நியாயம்? வேணும்னா அதையெல்லாம் திருப்பிக் கொடுத்துட றேன். ஒரு பொண்ணை எத்தனையோ கஷ்டப்பட்டு கல்யாணம் பண்ணி புகுந்த விடு அனுப்பறோம். அதோட பிரச்னை முடியணும். மறுபடியும் கோர்ட், கேஸ் அது இதுன்னு அலைய இங்கே யார்கிட்டே பணம் இருக்கு? இங்கு எங்களுக்கெல்லாம் குடும்பம் இல்லையா? எங்க குழந்தைகளை நாங்க கரை ஏத்த வேண்டாமா?''

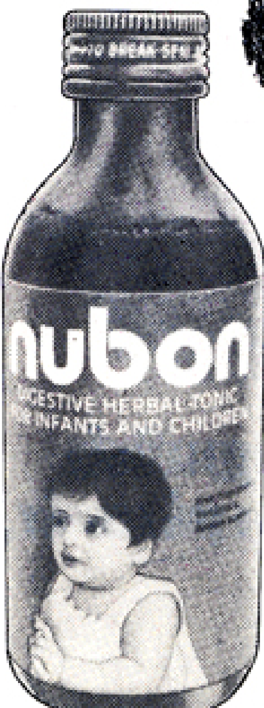
''அதானே? இங்கே அவங்க அவங்க தங்கள் குழந்தை, குடும்பத்தைக் கரை ஏத்த றதே பெரும்பாடு. இதுலே இன்னொருத்த ரோட செலவையும் ஏத்துக்க முடியுமா? குழந்தை வளர்றது, படிப்பு, இவ குடும்பச் சாப்பாட்டுச் செலவு! யாரால முடியும்? அதான் கஸ்தூரி வேலைக்குப் போறாங் களே. தனியா இருக்காங்களே. பேசாம அங்கேயே இருக்கச் சொல்லு.''

''ஏம்பா ரங்கா, உன் பொண்ணுக்கு இப்படி ஒரு நிலைமை ஏற்பட்டாலும் இப் படித்தான் பேசுவியா?''

''பாத்தீங்களா பாத்தீங்களா. நம்ப பொண்ணும் இப்படி வாழாவெட்டியா

# பல தலைமுறையினரின் நம்பிக்கையான குழந்தைகளின் வயிற்றுவலி நிவாரணி

# ஓமம்




குழந்தைகளுக்கு வாயுவினால் ஏற்படும் வயிற்று வலியை போக்க சித்த, ஆயுர்வேத, யுனானி மருத்துவர்கள், மற்றும் அனுபவமிக்க தாய்மார்கள் ஓமத்தை பயன்படுத்தி நல்ல பலன் கண்டு வந்திருக்கிறார்கள்.

வீரிட்டழும் குழந்தையின் வாயு தொந்தரவு, வயிற்று வலி, வயிற்றுப்பொருமல், ஆகியவற்றை போக்கும் சிறந்த மருந்தான ஓமம், சரியான விகிதத்தில் **நியுபானில்** அடங்கியுள்ளது.

ஓமத்துடன், சதகுப்பை, ஏலக்காய், வசம்பு, கடுக்காய் போன்ற சிறந்த மற்ற மூலிகைகளும் **நியுபானில்** தேவையான அளவு சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

**நியுபான்** குழந்தைகள் விரும்பி சாப்பிடக்கூடியது. தொடர்ந்து கொடுக்கலாம். அஜீரணத்தைப் போக்கும். பின் விளைவுகள் ஏதுமில்லை. பாதுகாப்பானது.

ஓமம் மற்றும் சிறந்த மூலிகைகள் நிறைந்தது

## - நியுபான்

குழந்தைகளின் வயிற்றுவலி நிவாரணி

PHARM PRODUCTS

தஞ்சாவூர் — 613 007

EXELADS/PP 583A/90 (R)

**பரிசு பெறுவது எப்படி?**

ஒவ்வொரு ஸ்ரீபெட் கன்டெய்னரின் உள்ளேயும் ராமாயண நிகழ்ச்சியொன்றை விவரிக்கும் வண்ணப் படம் இருக்கும். நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் இதுதான்: கடையிலிருந்து புத்தகத்தைக் கேட்டு வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். அதில் உள்ள வெறுமையான கட்டத்தில் சரியான படத்தை ஒட்டுங்கள். எளிதாக இருக்கிறதல்லவா? அவ்வளவுதான். படங்களைச் சேகரிக்கத் தொடங்குங்கள். 24 படங்களையும் ஒட்டி முடித்ததும் 15 வார்த்தைகளுக்கு மேற்படாமல் எழுதி சிறப்பு வாக்கியத்தைப் பூர்த்தி செய்யுங்கள்.

''என் குடும்பத்தினருக்கு நான் ஸ்ரீபெட்டைத் தேர்ந்தெடுத்ததன் காரணம் ____________________

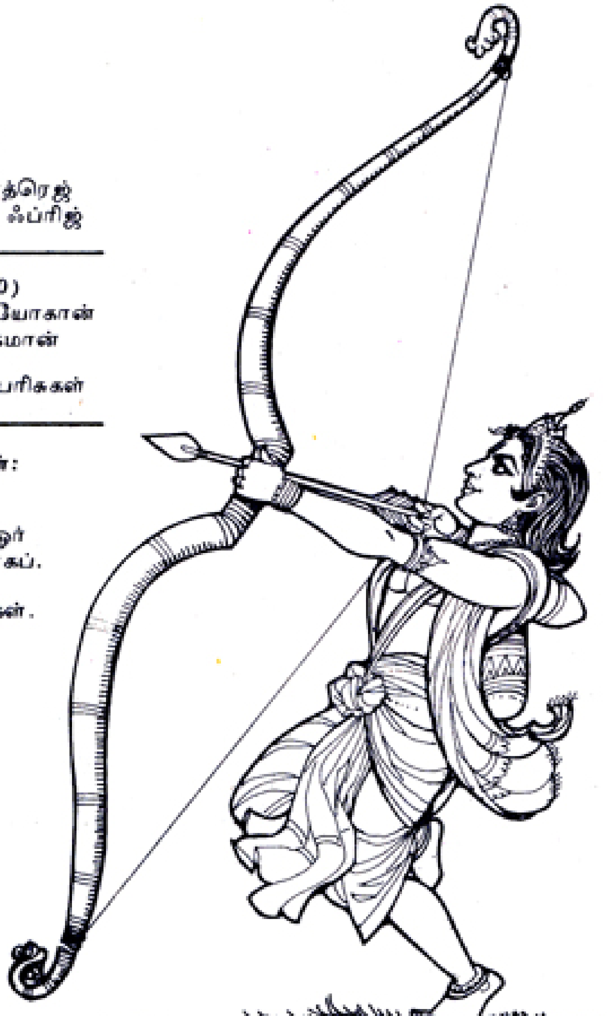
______________________________

______________________________

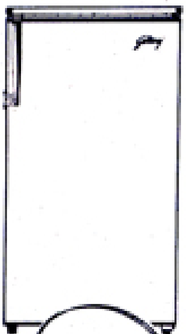
______________________________

______________________________

அருகாமையில் உள்ள ஸ்ரீராம் சிட்ஸ் & இன்வெஸ்ட்மென்ட்ஸ் பி. லிமிடெட் அலுவலகத்திற்கு அனுப்புங்கள். உங்கள் பரிசுக்காகக் காத்திருங்கள்.



## வென்றிடுவீர் பரிசுகளை.



முதல் (20) கோத்ரெஜ் பரிசு: 165 லிட் ஃப்ரிஜ்

இரண்டாம் (500) பரிசு: வீடியோகான் வாக்மான்

அநேக ஆறுதல் பரிசுகள்

**உடனடி பரிசுகள்:**

சேகரிக்கும் 4 படங்களுக்கு ஓர் அழகிய ஆப்பிள் கப்.
8 படங்களுக்கு 2 ஆப்பிள் கப்புகள்.








# ஸ்ரீபெட்

★ இந்த போட்டி தமிழ்நாட்டில் மட்டுமே!

ஸ்ரீராம் நிறுவனத்தின் தரமான தயாரிப்பு.
விநியோகஸ்தர்கள்:
ஸ்ரீராம் சேல்ஸ் இன்டர்நேஷனல்

ADWAVE/PET/4162 TAM A

இருக்கணும்னு உங்கம்மா சாபம் கொடுக்கறாங்க!''

சியாமளா அழ ஆரம்பித்தாள்.

''இல்லேம்மா. நான் ஒண்ணு சொன்னா, நீ ஒண்ணு புரிஞ்சுக்கறியே. தலைவலியும், காய்ச்சலும் தனக்கு வந்தா தெரியும்பாங்க. இங்கேயே ஒரு பெண் தனியா வாழ முடியாது. அப்படி இருக்க, அமெரிக்காவிலே ஒரு பெண் தனியா அதுவும் ஒரு குழந்தையோட வாழ முடியுமா? எத்தனை நாள் அப்படி வாழ முடியும்? அங்கே எல்லாம் கொலை, கொள்ளை சர்வசாதாரணம். கஸ்தூரி எத்தனை நாளைக்கு அங்கே தனியா இருக்க முடியும்?''

''சரிம்மா. கஸ்தூரியை இங்கே வரச் சொல்லு. தாராளமாக வரச் சொல்லு. ஆனா எங்களால இனிமே எந்த உதவியும் பண்ண முடியாது. அவளாச்சு. நீயாச்சு. உன் பேரனாச்சு. நீங்க மூணு பேரும் தனியா குடித்தனம் பண்ணுங்க.''

ஜானகிக்குப் புரிந்தது. கஸ்தூரி வந்தால் நீயும் வீட்டை விட்டு விரட்டப்படுவாய் என்று மறைமுகமாக பிள்ளைகள் சொல்கிறார்கள்! ஆமாம், இனி இவள் தயவு தேவை இல்லை. பணத்தைப் பறித்துக் கொண்டாயிற்று. நகைகளை எடுத்துக் கொண்டாயிற்று. இனி உயிர் ஒன்றுதானே? அதை யமன் பார்த்துக் கொள்வான்! — என்கிற நல்ல நினைவு இவர்களுக்கு! சே இவர்களும் மனிதர்கள்.

கஸ்தூரி பைத்தியக்காரப் பெண்ணே. பாலைவனத்திலே கானல் நீரை உண்மை நீரென்று நினைத்து மான்கள் கூட்டம் ஓடுமாமே. அதே போல் இவர்களையா நீ உண்மை உறவென்று நினைத்து விட்டாய்?

''கஸ்தூரி பாப்பா எங்கிட்டேதான் வருவா இல்லேம்மா?'' — என்று அன்று கேட்ட அண்ணனும், தம்பியும் இன்று கஸ்தூரி என்னிடம் வந்து விடக் கூடாது என்று நினைக்கிறார்கள்!

அன்று இரவே —

ஜானகி அம்மாள் தன் பெட்டியில் இரண்டொரு புடைவைகளை எடுத்து வைத்துக் கொண்டாள். கஸ்தூரியின் விலாசத்தை பத்திரப்படுத்திக் கொண்டாள். ஒருவருக்கும் சொல்லாமல் வீட்டை விட்டுக் கிளம்பினாள்.

ரொம்ப நாட்களாக இவள் தன் பூஜைகளுக்கென்று வைத்துக் கொண்டிருந்த வெள்ளிக் குத்து விளக்குகள், வெள்ளி பூஜை பாத்திரங்கள் எல்லாவற்றையும் கூட எடுத்துக் கொண்டாள்.

காலையில் விபரம் தெரிந்து பெரியவன் கத்தினான்.

''வர வர அம்மாவுக்கு எல்லாம் தன் இஷ்டப்படி நடக்கணும்னு ஒரு ஈகோ. தன் இஷ்டப்படி காது தோட்டை விற்றாள். இப்போ வெள்ளிப் பாத்திரமா? போகட்டும், பணம் தீர்ந்ததும் இந்த வீட்டு வாசல் கதவுக்குத்தான் வருவாள். வரட்டும்.''

ஆனால் ஜானகி வரவில்லை. வந்தது ...?

**சப்பாத்தி தயாரிக்க உருண்டைகள் செய்து விட்டீர்களா?**

**இப்போது —**

**ஒவ்வொரு உருண்டையையும், ஒன்று சிறியதாகவும், இன்னொன்று பெரியதாகவும் இரண்டு பகுதியாக பிரித்து உருட்டிக் கொள்ளுங்கள். ஆயிற்றா? இனி —**

**பெரிய உருண்டையை செப்பு — மோதகத்துக்கு செய்வது போல — செய்து உட்புறம் தாராளமாக எண்ணெய் தடவி, சின்ன உருண்டையை பூரணம் போல வைத்து மூடி, உருட்டி சப்பாத்தி இடுங்கள். பின் சுடுங்கள்.**

**சப்பாத்தி இதழாக பிரிவதோடு, மிருதுவாகவும் இருக்கும்!**

**— எஸ். பட்டம்மா.**

## அத்தியாயம் 5

அம்மா போய் நாலைந்து மாதங்கள் ஆகி விட்டன. வரவர பெரியவளுக்கும், இளையவளுக்கும் ஒத்துக்கொள்வதில்லை. பிரேமா பாட்டுக்கு தையல் கிளாஸ், பாட்டுக் கிளாஸ், குக்கிங் டெமான்ஸ்ட்ரேஷன் என்று போய் விடுவதால் சமையல் வேலை முழுவதும் சியாமளாவுக்கே வந்தது.

''அந்த மகராஜி ஊரைச் சுத்துவா. நான் தான் அடுப்படியிலே வேகணுமாக்கும்'' — என்று பொருமினாள் சியாமளா.

''நாங்க ஒண்ணும் சும்மா சாப்பிடல்லை. காசு கொடுத்துட்டுதான் சாப்பிடறோம்'' — என்றாள் இளையவள்.

தினம் தினம் இருவரையும் சமாதானம் செய்வதே பெரும்பாடாகி விட்டது அண்ணனுக்கும், தம்பிக்கும்.

முன்பெல்லாம் ஜானகி இருந்த போது வீட்டு வேலைகளில் பாதியை ஜானகி செய்து விடுவாள். உட்கார்ந்தபடியே காய் நறுக்குவது, சப்பாத்தி இடுவது, பலகாரம் செய்வது என்று — இப்போது எல்லா பொறுப்புக்களும் சியாமளாவின் தலையில் விழுந்தது. போதாக்குறைக்கு இரண்டு குழந்தைகளையும் பார்த்துக் கொண்டு, வீட்டு வேலைகளையும் செய்து கொண்டு, வீட்டிற்குத் தேவையான சாமான்கள் வாங்கி வந்து இப்படி எல்லா வேலையும் சேர்த்து அவள் தலையில் விழவே இவள் எரிச்சல் பட்டாள்.

முன்பெல்லாம் குழந்தைகள் ஜானகியிடம் சமர்த்தாய் கதை கேட்டபடி சாப்பிடும். குழந்தைகளைத் தூங்க வைத்து விடுவாள் ஜானகி. வெளியில் போவது என்றாலும் வீட்டை அப்படியே விட்டு விட்டுப்போய் விடலாம். ஜானகி பார்த்துக் கொள்வாள். எப்போது வேண்டுமானாலும் ஊர் சுற்றி விட்டு வரும் இளையவள் வீட்டிற்கு வந்து கொள்ளலாம். இப்போது அப்படி முடியவில்லை. வெளியே போவதென்றால் வீட்டைப் பூட்டி விட்டு, குழந்தைகளை யாரிடமாவது ஒப்படைத்து விட்டு, பிரேமா எப்போது வீடு திரும்புவாள் என்று தெரியாமல் அவளுக்காகக் காத்து... வர வர சியாமளாவின் பொறுமையே போய் விட்டது.

பிரேமாவிற்கு மட்டுமென்ன? நினைத்த போது வெளியே கிளம்பினால் இப்போ எங்கே? எதுக்கு? ஏன்? — என்று ஆயிரம் கேள்வி கேட்கும் ஓரகத்தி. எப்போது பார்த்தாலும் சத்தம் போட்டு வீட்டை இரண்டு பண்ணும் குழந்தைகள், பிற்பகல் சற்றுத் தூங்கலாம் என்றால் இவள் அறைக்குள் கண்ணாமூச்சி விளையாடும் மைத்துனர் குழந்தைகள்...

''பிசாசுகள். மத்தியானம் கொஞ்ச நேரம் தூங்க விடறதில்லை'' — என்று அலுத்தபடி தினம் தினம் கணவனிடம் தனிக்குடித்தனம் போகச் சொல்லி மல்லுக்கு நின்றாள் பிரேமா.

ஸ்ரீவத்ஸனும் மனைவியின் இம்சை தாங்காமல் அண்ணனிடம் வந்து ''தனிக்குடித்தனம் போகிறேன், நான் கொடுத்த மூன்று லட்சத்தைத் திருப்பித்தா'' — என்று கேட்ட போது ரங்கன் பிரமித்தான்.

''என்னடா இது? எல்லாரும் ஒண்ணா இருக்கலாம்னுதானே இவ்வளவு பெரிய ப்ளாட் வாங்கினேன்? இப்போ திடீர்னு கேட்டா என்ன பண்ணுவேன்?'' — என்றான்.

''என்ன பண்ணுவியோ மூணு லட்சத்தை வட்டியோட சீக்கிரம் செட்டில் பண்ணிடு. நான் வேற ப்ளாட் பாத்திருக்கேன். டு பெட் ரூம் ப்ளாட். எனக்கு அட்வான்ஸ் பண்ணணும்.''

ரங்கன் தலையைப் பிய்த்துக் கொண்ட போது தான் —

ஒரு டாக்ஸி வீட்டு வாசலில் வந்து நின்றது.

ஒருவேளை அம்மாவோ? ரங்கன் ஆர்வத்துடன் பார்த்தான். வந்தது அம்மா இல்லை! இவன் மைத்துனி, சியாமளாவின் சகோதரி மாலதி.

தங்கையைக் கண்டதும் வாயெல்லாம் பல்லாக ஓடி வந்தாள் சியாமளா.

மாலதி 'ஓ'வென்று அழுதபடி கதை சொன்னாள்.

''அக்கா, மோசம் போய் விட்டேன் அக்கா. என்னோட வீட்டுக்காரர் எவளோ ஒருத்தியைச் 'சின்ன வீடா' வைச்சுட்டு இருக்கார். நான் ஆன மட்டும் சொல்லிப் பார்த்தேன். உன்னால பண்றதைப் பண்ணிக்க. நான் இவளை விட முடியாது. வேணும்னா நீ வெளியே போன்னு சொல்லிட்டார். நான் என்னக்கா பண்ணுவேன்? எனக்கு அம்மாவும், அப்பாவும் நீதானே அக்கா! நான் எங்கே போவேன்?''

ரங்கன் பிரமிக்க, சியாமளா தங்கையின் கண்ணீரைத் துடைத்தபடி பேசினாள்.

''கவலைப்படாதே மாலா, நாங்க இல்லையா? உன்னை அப்படியே விட்டுடுவோமா என்ன? நீ அனாதை இல்லேம்மா. இது உன் வீடு. என்னங்க? பாத்தீங்களா அந்த அயோக்கியப் பய பண்ணினதை.

**யோசனை**

அதிரசம் செய்யும் போது ஒரு ஸ்பூன் கெட்டித் தயிரை மாவுடன் சேர்த்துப் பிசைந்து செய்தால் அதிரசம் மிருதுவாக வரும்.

— உமா.

அவனைச் சும்மா விடலாமா? கோர்ட்டுக்கு இழுத்துச் சந்தி சிரிக்க வைக்க வேணாம்?''

சியாமளா பேசிய போது ரங்கன் திகைத்துப் போனான்.

''குடும்பம்னா ஆயிரம் இருக்கும். அட்ஜஸ்ட் பண்ணிட்டு வாழறதுதான் வாழ்க்கை'' — என்று அன்று சொன்ன சியாமளாவா இன்று இப்படிப் பேசுகிறாள்? இவர்களுக்கு இருப்பது ஒரு நாவா? இல்லை, ஆயிரம் நாவுகளா?

கஸ்தூரியை அழைத்து வந்திருந்தால் கூட, அவள் சொத்தை எடுத்துக் கொண்ட பாவத்திற்காவது கழுவாய் தேடி இருக்கலாம். இப்போது சம்பந்தப்படாத யாருக்கோ இவன் கோர்ட்டுக்கும், வக்கீல் வீட்டிற்கும் அலைய வேண்டும். தலைவிதி!

வீட்டை விற்க வேண்டும். அதே விலை போகுமோ? போகாதோ? கடன்களை அடைக்க வேண்டும். தம்பியின் பணத்தை வட்டியுடன் திருப்பித் தர வேண்டும்!

ரங்கனுக்குத் தலை சுற்றியது.

அம்மா இருந்த போது கஸ்தூரி ஒரு பிரச்னைதான். இப்போது ஆயிரமாயிரம் பிரச்சனைகள்!

## அத்தியாயம் 6

அன்று —

ரங்கன் பெயருக்கு ஒரு தபால் வந்திருந்தது. பல இடங்கள் அலைந்து விட்டு தபால் இவனைத் தேடி வந்திருப்பது அதன் மீது குத்தப்பட்ட முத்திரையில் தெரிந்தது.

ரங்கன் அந்தப் பெரிய ப்ளாட்டை விற்று விட்டான். இப்போது இந்தச் சிறிய வீட்டிற்கு வந்து விட்டான். இளையவன் தனக்கு அண்ணன் தந்த பணத்தையெல்லாம் வாரி இரைத்துத் தற்சமயம் வீடும் இல்லாமல், வாசலும் இல்லாமல் வாடகை வீட்டில் இருப்பதாகக் கேள்வி.

பிரேமா வீட்டிலேயே 'குக்கிங் கிளாஸ்' எடுக்கிறாளாம். சம்பாதிக்க வேண்டாமா? எப்படியோ அவள் ஊர் சுற்றி கற்றுக் கொண்ட சமையல் கலை இன்று சோறு போடுகிறது.

அண்ணன் தம்பிக்கும் ஜன்மப் பகையாகி விட்டது. ஒருவர் முகத்தில் ஒருவர் விழித்துக் கொள்ளாதபடி பகை.

கஸ்தூரியைத் துரத்துவதில் ஒன்றாக இணைந்தவர்கள், இன்று இருதுருவமாகப் பிரிந்து விட்டார்கள். எல்லாம் பணம்... பணம்...

அண்ணன் தன் பணத்தை எடுத்துக் கொண்டு விட்டான் என்று அவனுக்குக் கோபம்.

தம்பி, தன்னிடமே வட்டி கேட்டு அதிகப் பணம் வாங்கி விட்டான் என்பது இவனுக்குக் கோபம்!

ஆக இன்று அனைவரும் தம் தம் 'செல்'லுக்குள், தனித்தனி சிறைக்குள் அடைபட்டு அந்நியமாகிப் போனார்கள்!

இந் நிலையில் தன்னைத் தேடி ஒரு கடிதம். யார் போட்டிருப்பார்கள்? அது ''பாரின் என்வலப்'. ஒருவேளை கஸ்தூரி போட்டிருப்பாளோ? அவளைத்தான் எல்லாருமே மறந்து போனார்களே! அவள் இன்னும் நினைவு வைத்திருக்கிறாளா என்ன?

இன்னும் சியாமளாவின் தங்கை இங்கு தான் இருக்கிறாள். அவளும், அவள் குழந்தைகள் இரண்டும், இவன் குழந்தைகள் இரண்டும் ஆக தினம் ஏழு பேர் சாப்பிட அந்த வீட்டில் இவன்தான் உழைக்க வேண்டும். 'கேஸ்' நடந்து கொண்டிருக்கிறது. முடிந்தபாடில்லை. இந் நிலையில் இதென்ன கடிதம்?

ரங்கன் கடிதத்தைப் பிரித்தான்.

அம்மா... அம்மா கடிதம் போட்டிருக்கிறாள். அம்மாவிடமிருந்து கடிதம்.

அன்புள்ள ரங்கனுக்கு,

சௌக்யமாக இருப்பாய் என்று நம்புகிறேன். வீட்டில் அனைவரும் சௌக்யம் தானே? பல வருஷங்கள் ஆகி விட்டன. இருந்தாலும் நினைவுகள் மறக்கவில்லை. அதுதான் தாய் அன்பு. இந்தியாவில் இருந்தால் அமெரிக்கா நினைவு. இப்போது அமெரிக்காவில் இருக்கிறேன். இந்தியாவின் நினைவு!

ஆமாம் ரங்கா, வீட்டை விட்டுக் கிளம்பிய நான் வெள்ளிப் பாத்திரங்களை எல்லாம் விற்று பணம் சேர்த்து சில நல்ல மனிதர்கள் உதவியுடன் கஸ்தூரியிடம் வந்து சேர்ந்து விட்டேன். சுபாஷ் என்னிடம் ஒட்டிக் கொண்டு விட்டான். அவனைப் பார்த்தால் நீ அசந்து விடுவாய். அப்படியே உன் அப்பா ஜாடை. உன் அப்பாவைப் போலவே ஒரு பிரமை.

இங்கு நான் கஸ்தூரிக்குக் கூடமாட உதவியாக இருக்கிறேன். குழந்தை சுபாஷுக்குக் கதை சொல்லி தூங்க வைக்கிறேன். உனக்குத் தெரியுமா ரங்கா, நான் இப்போது இங்கிலீஷ் எல்லாம் பேசுகிறேன்!

கஸ்தூரி ஆபீஸ் போவதால் நான்

### வெல்ல சேவு

தேவையான பொருட்கள்:

கடலை மாவு — 1 கப்
அரிசி மாவு — 1 கப்
பயத்த மாவு — ¼ கப்
மூன்றையும் கெட்டியாகப் பிசைய வேண்டும்.
வெல்லம் — 1½ கப்

ஜாரிணியில் அழுத்தித் தேய்த்தால் கெட்டியாக விழும்படி மாவு இருக்க வேண்டும்.

எண்ணெயில் சேவுகளைத் தேய்த்து எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

வெல்லத்தைக் கரைய விட்டு வடிகட்டிய பிறகு நல்ல பாகு வைத்துக் கொள்ளவும்.

சேவுகளை பாகில் போட்டு உடையாமல் மிருதுவாக ஜாரிணியால் திருப்பி விட்டுக் கலந்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ளலாம்.

— ஸரோஜா

## "புதிய" பூரிலட்டு

தேவையான பொருட்கள்:

மைதாமாவு — 1 கப்
அரிசி மாவு — ¼ கப்
(கரகரப்புக் கொடுக்க)
கோதுமை மாவு — ½ கப்
சிட்டிகை உப்பு
பொறிக்க எண்ணெய்
ஏலக்காய் பொடி
அளவான வெல்லம்
முந்திரிப்பருப்பு — 25 கிராம்

மைதா, அரிசி மாவு, கோதுமை மாவுடன் உப்பு சேர்த்து அதிக நீர் விடாமல் கொஞ்சம் சூடான நெய் அல்லது டால்டா விட்டுப் பிசைந்து பூரிகளாக இட்டுப் பொறிக்கவும். மிக்ஸியில் போட்டுப் பொடிக்கவும். முந்திரிப் பருப்பை வறுத்து பூரியுடன் மிக்ஸியில் இடிக்கவும். ஏலக்காய் பொடி தூவி, வெல்லத்தை நல்ல பாகு வைத்து பூரி—தூளில் கலந்து நெய் விட்டுப் பிடிக்கவும்

— ஸரோஜா

வீட்டை கவனித்துக் கொள்கிறேன். இப்போது டிஷ் வாஷர், வாக்யூம் க்ளீனர் எல்லாம் அத்துப்படி! நான் 'ஏப்ரன்' கட்டிக் கொண்டுதான் சமைக்கிறேன். தெரியுமோ? 'பாட்மஸ் மெஸ்' — என்ன விழிக்கிறாய்? இதில் நான்தான் தலைமை குக்! டாலர் டாலராகப் பணம்! தென் இந்திய உணவுக்கு இங்கே நல்ல டிமாண்ட்!

என் சுய புராணம் இருக்கட்டும். இத்துடன் நானும் சுபாஷும் இணைந்து எடுத்துக் கொண்ட போட்டோ இருக்கிறது. கஸ்தூரிதான் எடுத்தாள்.

ஊரில் எல்லோரும் சௌக்யமா? சியாமளா எப்படி இருக்கிறாள்? குழந்தைகள் வேளா வேளைக்குச் சரியாக சாப்பிடுகிறார்களா? யார் கதை சொல்லுகிறார்கள்? கதை சொல்லவில்லை என்றால் சாப்பிட மாட்டார்களே! குழந்தைகள் சமர்த்தாய் இருக்கிறார்களா? பிரேமா இன்னும் என்ன புதிது புதிதாய் சமைக்கக் கற்றுக் கொண்டிருக்கிறாள்? எல்லாவற்றிற்கும் விவரமாய் லெட்டர் போடு.

உன் உடம்பு சாதாரணமாத்தானே இருக்கிறது. அதிக 'டென்ஷன்' பட்டுக் கொள்ளாதே. எல்லோருக்கும் என் அன்பும், ஆசியும். எனக்கு உங்கள் எல்லோரையும் பார்க்க வேண்டும் போல் இருக்கிறது. கஸ்தூரியின் 'டைவர்ஸ் கேஸ்' முடியும் வரை இங்கிருந்து கிளம்ப முடியாது. பிறகு கடிதம் போடுகிறேன். நாம் எல்லோரும் ஒன்றாக இருந்த அந்தப் பழைய நாட்களை அடிக்கடி நினைத்துக் கொள்கிறேன்.

அன்புடன்,
அம்மா.

கடிதத்தைப் படித்து முடித்த ரங்கன் கண்களில் கண்ணீர். என்ன தாய்மை இது? நான் எத்தனை தப்பு செய்தாலும் என்னை மன்னித்து எனக்கே கருணை காட்டுகிற தாய்மை? நான் வீட்டை விட்டுத் துரத்தாத குறையாய் விரட்டியபோதும் என்னை மன்னித்து என் மீது நேசம் காட்டும் தாய்மை! அதே தாய்மைதான் அன்று கஸ்தூரிக்காகவும் பரிந்து பேசி இருக்கிறது. நான்தான் வியாபாரம் பேசினேன். இன்று என் வியாபாரத் தன்மையையும் மறந்து அந்தத் தாய் என் நலம் கருதி என் க்ஷேமம் விசாரித்துக் கொண்டு கடிதம் போட்டிருக்கிறாள். மறக்காமல் ஒவ்வொருவரையும் பற்றி விசாரித்து இருக்கிறாள். இந்த அன்புக்கு நான் தகுதி உடையவன்தானா? இந்தப் பாசத்துக்கு நான் பொருத்தமானவன்தானா? நாம் எல்லோரும் ஒன்றாக இருந்த நாட்கள் என்றா அம்மா எழுதி இருக்கிறாள். இல்லை அம்மா! நீ இங்கிருந்து போனவுடனேயே நாங்கள் பிரிந்து தனித் தனியாகி விட்டோம். அந்த நாட்கள் இனி வராது. வரவே வராது. அம்மா, எங்கள் வசந்தங்கள் உதிர்ந்து விட்டன. இப்போது நாங்கள் சருகுகள்.

நீ தென்றலாய் இருந்தாய். இங்கு குடும்ப நந்தவனம் செழித்தது. இப்போது புயல் வீசி எல்லாமே வேரோடு அழிந்து விட்டது.

ரங்கனுக்கு அழுகை வந்தது.

ஏனோ தெரியவில்லை, இப்போது அந்தத் தாயின் மடியில் படுத்துக் கொண்டு "அம்மா... மா" — என்று இரைந்து அழ வேண்டும் போல் தோன்றுகிறது.

ஏனோ தெரியவில்லை, இப்போது அந்தத் தாயின் அருகில் உட்கார்ந்து பள்ளிச் சிறுவனாய் கதை கேட்க வேண்டும் போல் தோன்றுகிறது.

ஏனோ தெரியவில்லை, ரங்கனுக்கு அழுகை உள்ளத்திலிருந்து பீறிட்டு எழ, அடி வயிற்றிலிருந்து "அம்...மா...மா" — என்று குரல் எழுப்ப, அரற்றியபடி அந்தப் புகைப் படத்தைக் கண்களில் ஒற்றியபடி, கையாலாகாதவனாய், என்ன செய்வது என்று திக்கு திசை புரியாதவனாய், மீண்டும் மீண்டும் "அம்மா... அம்மா" — என்று அழுது கொண்டிருந்தான்!

''என் கணவரின் அவசர வேலைகளுடன்
பசியும் சேர்ந்துவிட்டால்.....''



"என் கணவரின் வேலைகளுக்கிடையே சாப்பிடக் கூட நேரம் கிடைப்பதில்லை. அந்த அவசரத்தில் அவர் சாப்பிட ஏதுவாக புஷ் ஃப்ளேவர் உதவியுடன் "வெஜிடபிள் ரோல்" போன்ற சுவையான பண்டங்களை செய்ய முடிகிறது. நன்றி! புஷ் ஃப்ளேவருக்கே! ஒரு சாதாரண உணவு வகையில் சிறிது மணம் கூட்டி சுவையானதாக மாற்ற முடிகிறது. எப்போதும் அவர் விரும்புவதும் இதுவே!

புஷ் ஃப்ளேவர் இருந்தால் புதுப் புது உணவு வகைகள் தயாரிப்பதுதான் எத்தனை சுலபம். இனிப்போ, காரமோ, எதுவானாலும் அதன் சுவையே தனிதான்!"

பத்து பரபரப்பூட்டும் புஷ் ஃப்ளேவர்களின் வரிசை:
■ கார்டமம் ■ ஐஸ்கிரீம் ■ கேவ்ரா ■ லெமன் ■ ஆரஞ்ச் ■ பைனாப்பிள் ■ ரோஸ் ஒயிட் ■ ஸ்வீட் ஆல்மண்ட் ■ டோனோவின் ■ வெனிலா.

# புஷ்பரசமும் சவரன் துவையலும்!

**உணவு காம்பினேஷன் இரண்டு இதழ்களாக ஒரு ரசமான விஷயமாகப் போய்க் கொண்டிருக்க, எனது அனுபவத் திறமையை எழுதியுள்ளேன்.**

என் திருமணமான புதிதில் கேரளாவில் எங்கள் வீட்டில் எப்போதுமே எரிசேரி, புளிசேரி, அவியல், துவரன், ஓலன் என்று தேங்காயாகத் தின்று தீர்த்து என் கணவரின் கிராமமான நத்தம்(நெல்லை) யில் கிராமத்திற்கு வந்தோம். "பெரியம்மா இன்று பத்தியமாகப் புஷ்ப ரசமும் முத்துக் குழம்பும் வை" என்றார் என் கணவர். சமையலைப் பற்றியே அதிகம் தெரியாத எனக்குப் பிரமிப்பு!

"அதற்கென்ன சவரன் துவையலும் அரைத்து விடுகிறேன்" என்றாரே பார்க்கலாம், பெரியம்மா! தங்கத்தை அரைத்துத் துவையலா!

துவரம் பருப்பை இரண்டு மிளகு சேர்த்து எண்ணெயில் 'பொன்' போல் வறுத்துப் புளியில்லாது தங்க நிறமாக அரைத்து வைத்தார்.

மிளகு, உளுத்தம்பருப்பு, வற்றல் மிளகாய், கறிவேப்பிலை வறுத்துப் புளி சேர்த்து அரைத்த குழம்பில் மணத்தக்காளியைக் குண்டு குண்டாக வறுத்துச் சேர்த்தார். (முத்துக் குழம்பு. ப்ளாக் பேர்ல்ஸைக் கண்டுபிடித்தவர்களே இவர்கள்தாம்.) மிளகு ரசம் வைத்து அதில் மணக்க மணக்க வேப்பம்பூவைத் தாளித்துக் கொட்டி (புஷ்ப) ரசம் செய்து விட்டார்.

'அட! டம்பமே' என்று நான் சிரித்துக் கொண்டாலும் வாய்க்கு ருசியோ ருசி.

மோருக்கு வடுமாங்காய் ஊறுகாய் பரிமாறும் போது, "நாளைக்கு வேணா அம்மாஞ்சிக்கறியும், வேப்பிலைக்கட்டியும் பண்றேன்" என்றார் பெரியம்மா. நான் நடுங்கி விட்டேன். எந்த அம்மாஞ்சியை அரைக்கப் போகிறார்கள் என்று! வேப்பிலையை அரைத்து நாக்குப்பூச்சி. தொந்தரவுக்கு எங்கள் பாட்டியார் கொடுப்பார்கள். இவர்கள் உணவிலேயே சேர்த்தால்...

மறுதினம் சிறிது வெந்தயம், வற்றல் மிளகாய் வறுத்துக் கொண்டு சற்று நசுங்கலாக அதிகம் ஊறிப் போன நாலு வடுமாங்காய்களை ஊறுகாய் பரணிலிருந்து தேர்ந்தெடுத்து கொட்டை நீக்கி ஒரு பச்சை மிளகாய், கொஞ்சம் தேங்காய் சேர்த்து எல்லாமாக அரைத்து மோரில் கலக்கிக் கடுகு தாளிக்க, இதுதான் அம்மாஞ்சிக் கறி.

பச்சை நார்த்த இலையை நரம்பு ஆராய்ந்து கறிவேப்பிலையும் ஓமமும் மிளகாய் வற்றலும், உப்பும், பெருங்காயமும் சேர்த்து உரலில் போட்டு உலக்கையால் (நீர் விடாமல்) இடித்து, உருட்டிக் கொண்டு இலையில் போட்டார் பாருங்கள். அடேயப்பா அதற்குத்தான் என்ன ருசி.

இப்போது அதிலெல்லாம் நான் ஸ்பெஷலிஸ்ட் போங்கள். இது மட்டுமா, அவர்கள் ஜங்காயப் பொடியும், டாங்கர் பச்சடியும் (உளுத்த மாவு பச்சடி) கூடத்தான்.

புளியில்லாக் குழம்பும் புளிக் கீரையும் காம்பினேஷனில் கூடத்தான்.

— லீலா கோபாலன்.



மங்கையர் மலர்
ஆண்டு மலர் இணைப்பு
விமலாரமணியின்




MCA/MSOS/2 1 AM

**Rs. 4.15**
(inclusive of all taxes)
Net weight: 100 gms

காலைக் காற்றின் புதுமை.
பனித்துளிகளின் குளுமை.

இயற்கையின் குளிர்ச்சியும்
எலுமிச்சையின் புத்துணர்ச்சியும் நிறைந்த

# கிரேஸ்

குளியல் சோப்

MSIL Marketed by
Mysore Sales International Limited, Bangalore 560 052



"என் கண்மணியின்
மிருதுவான
சருமத்திற்கு
நான் ஜான்ஸன்ஸ்
பேபி சோப் ஒன்றையே
நம்புகிறேன்."




வேறு எந்த சோப்பிலும்
ஜான்ஸன்ஸ் பேபி ஆயில் கிடையாது

குழந்தை பராமரிப்பில் தலைமுறை தலைமுறையான நிபுணத்துவம்.

ஜான்ஸன் அண்ட் ஜான்ஸன்

Ogilvy&Mather 7764 TM

EGISTERED NO. TN MS (S) 231
egistered as Newspaper in Srilanka

# வெல்வெட்டின் டியோடரண்ட் விந்தை.



புதிய வெல்வெட் டியோடரண்ட் டால்கின் விந்தை. சாதாரண டால்கம் பவுடர் போன்று அல்ல இது. இதில் நிறைந்துள்ள எலுமிச்சைப் புத்துணர்ச்சி, நாள் முழுதும் தன்னம்பிக்கையை நீடிக்கச் செய்கிறது. காரணம் இதிலுள்ள இர்கசான் டிபி 300. சர்வதேச டியோடரண்ட் ஃபார்முலேஷன் அடங்கிய இது வியர்வையிலே துர்வாடை ஏற்படுத்தும் கிருமிகளை அழிக்கவல்லது. இதனால் வெல்வெட் தூவி பல மணி நேரங்களுக்குப் பிறகும் நீங்கள் அதே புத்துணர்ச்சியுடனும், தன்னம்பிக்கையுடனும் ஜொலிக்கலாம். புதிய வெல்வெட் டியோடரண்ட் டால்க். இனி எந்நேரமும் அருகாமை சுகத்தை அனுபவிப்பீர்.

இர்கசான் டிபி 300 – நாள் முழுதும் புத்துணர்ச்சி நீடிக்கும் சர்வதேச டியோடரண்ட்.




## அருகாமை சுகம்!

நாள் முழுதும் நீடிக்கும் புத்துணர்ச்சிக்கு

புதிய **வெல்வெட்**®

லைம் டால்க்.
சர்வதேச டியோடரண்ட் அடங்கியது

விநியோகஸ்தர்கள் : கோத்ரெஜ் சோப்ஸ் லிமிடெட்







வழக்கமாகக் கிடைக்கும் களிம்புகள்
மற்றும் வலி நிவாரணிகள் உங்கள்
குழந்தைக்கு அசௌகரியத்தை விளைவிக்கலாம்

ாதாரணமான களிம்புகள் மற்றும் வலி நிவாரணிகளில் அதிக அளவில் பெட்ரோலியம் ஜெல்லி உள்ளதால் ஜலதோஷ நிவாரண மூலப்பொருட்கள் குறைகின்றன. ஆகையால், நிவாரணம் பெற அவைகளை உங்கள் குழந்தையின் மிருதுவான சருமத்தில் பூசி அழுத்தித் தேய்க்க வேண்டியிருக்கிறது. இதனால் குழந்தைக்கு அசௌகரியம் மற்றும் சஞ்சலம் உண்டாகிறது.

புதிய ஒலெஸான் உங்கள்
குழந்தைக்கு விரைவான நிவாரணத்தை
அளிக்கிறது சஞ்சலம் இல்லாமல்.

இப்பொழுது உங்கள் குழந்தையின் மிருதுவான சருமத்தில் களிம்புகள் மற்றும் வலி நிவாரணிகளை நேரடியாக உபயோகிக்கத் தேவையில்லை. இயற்கையான ஒலெஸானின் சில துளிகளை குழந்தையின் தலையணையில் சற்றே தெளிக்கவும். சுவாசித்ததும் அதனுடைய இதமான ஆவி மூக்கடைப்பு மற்றும் நெஞ்சு உபாதையை உடனே நீக்குகிறது. மற்றும் ஜலதோஷத்திலிருந்து இரவு முழுவதுமான நிவாரணத்தை உறுதிப்படுத்துகிறது.



OLESAN

ஒலெஸான்-பிசுக்குமில்லை, தொல்லையுமில்லை.

REGISTERED NO. TN MS (S) 231
Registered as Newspaper in Srilanka

